



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Trabajo de integración final de psicología

“Relación entre la inteligencia emocional y los estilos de apego con la satisfacción en la pareja en adultos residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires”

Alumna: Alvarez, Milena Rocío

LU: 1047086

Carrera: Licenciatura en Psicología

Director de tesis: Muratori Marcela (UADE)

Fecha de entrega: 06 de octubre de 2021

Resumen

El presente estudio tiene como objetivo estudiar y analizar la relación existente entre la inteligencia emocional y el estilo de apego adulto con la satisfacción en la pareja en adultos de entre 25 y 65 años, residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires. Se realizó un estudio con enfoque cuantitativo, con diseño no-experimental, con corte transversal y de alcance descriptivo-correlacional. La muestra fue no probabilística intencional y quedó conformada por 264 adultos de ambos sexos de 25 a 65 años que se encuentran actualmente en pareja. Del total de la muestra, la media de edad de los participantes fue de 36 años. El 67,4 % eran mujeres, el 32,2% hombres y el 0,4% de otro género. En referencia a los años en pareja, la media fue de 11 años ($SD = 9,90$). Se utilizaron como instrumentos de medición un cuestionario sociodemográfico, el cuestionario Rasgo–Meta escala de estado del ánimo de Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004) para la evaluación de la inteligencia emocional, el cuestionario de Relación de Bartholomew y Horowitz (1991) adaptado por Alonso Arbiol (2000) para la evaluación del apego y para la medición de la satisfacción de la pareja se utilizó la Escala de Ajuste Diádico (versión breve de Santos-Iglesias, Vallejo-Medina y Sierra, 2009). Los resultados obtenidos indican una relación significativa y positiva entre la satisfacción de la pareja con el estilo de apego seguro, y con la dimensión de claridad y de reparación de la inteligencia emocional. Por último, se verificaron algunas diferencias estadísticamente significativas en función del género en lo referente a la dimensión atención de la inteligencia emocional, donde las mujeres presentaron mayores puntuaciones que los hombres. También se hallaron diferencias en función del tiempo en pareja en lo referente a la dimensión de reparación, donde quienes se encuentran en pareja desde hace más de diez años presentan mayores puntuaciones que quienes están hace menos de diez años.

Palabras claves: Satisfacción de la pareja – Estilos de apego adulto – inteligencia emocional - parejas.

Abstract

The present research aims to study and analyze the relationship between emotional intelligence and adult attachment style with satisfaction in the couple in adults between 25 and 65 years old, residents of the Autonomous City of Buenos Aires and Greater Buenos Aires. The research was carried out with a quantitative approach, with a non-experimental design, with a cross-sectional section and correlational - descriptive. The sample was not probabilistic and was composed of 264 adults of both sexes between the ages of 25 and 65 who are currently in a relationship. Of the total sample, the mean age of the participants was 36 years old. 67.4% women, 32.2% men and 0.4% other gender. In reference to the years as a couple, the average is 11 years (SD = 9,90). All of the participants answered a sociodemographic questionnaire, the Trait questionnaire - Mood state scale by Fernández - Berrocal, Extremera and Ramos (2004), was used as measurement instrument for the evaluation of emotional intelligence; The Relationship Questionnaire by Bartholomew and Horowitz (1991) adapted by Alonso Arbiol (2000), for the evaluation of attachment and for the measurement of the satisfaction of the couple, the Scale of Dyadic Adjustment (short version of Santos - Iglesias, Vallejo – Medina & Sierra, 2009). The results obtained indicate a significant and positive relationship between the couple's satisfaction with the secure attachment style, and the dimension of clarity and repair of emotional intelligence. Finally, some statistically significant differences were verified according to gender in relation to the attention dimension of emotional intelligence, where women scored higher than men. Differences were also found as a function of time with a partner in relation to the dimension of reparation, where those who have been in a relationship for more than ten years present higher scores than those who have been in a relationship for less than ten years

Keywords: Couple satisfaction - Adult attachment styles - emotional intelligence - couples.

Índice

1. Introducción	1
1.2 Objetivos:	3
1.2.1 Objetivo general:	3
1.2.2 Objetivos específicos:	3
1.3 Hipótesis:.....	3
2. Marco teórico	4
2.1. Satisfacción en la pareja.....	4
2.2. Inteligencia emocional	6
2.3 Estilos de apego.....	9
2.4. Estado del arte	11
3. Metodología	14
3.1 Diseño.....	14
3.2 Participantes	15
3.3 Instrumentos	15
3.4 Procedimiento de recolección de datos	17
3.5 Procedimiento de análisis de datos.....	18
4. Resultados	18
4.1 Resultados descriptivos	18
4.1.2 Resultados descriptivos de la satisfacción con la pareja	18
4.1.3 Resultados descriptivos de inteligencia emocional	26
4.1.2 Resultados descriptivos de estilos de apego adulto.....	27
4.2 Perfiles diferenciales según el tiempo en pareja y el sexo de los participantes	28
4.2.1 Perfiles diferenciales según el tiempo en pareja	28
4.2.2 Perfiles diferenciales según el sexo de los participantes	30
4.4 Relación entre la inteligencia emocional y el estilo de apego con la satisfacción con la pareja	31
5. Discusión.....	32
5.1.1 Limitaciones y líneas futuras de investigación	35
5.2 Conclusiones	36
6. Referencias bibliográficas	38
7. Anexos.....	44
7.1 Modelo de consentimiento informado:	44
7.1.1 Cuestionario Sociodemográfico:	44
7.1.2 Cuestionario de Relación de Bartholomew y Horowitz (1991):	45

7.1.3 Rasgo - Meta escala de estado del ánimo – 24 (TMMS-24) de Fernández – Berrocal, Extremera y Ramos (2004):	47
7.1.4 Escala de Ajuste Diádico versión breve - EAD 13 de Santos-Iglesias, Vallejo – Medina & Sierra, S (2009)	49

1. Introducción

La satisfacción de la pareja es un tema que preocupa cada vez más a terapeutas e investigadores debido a que se posee evidencia que señala que las parejas que sufren conflictos de forma sostenida a lo largo del tiempo pueden presentar severos problemas de salud física y mental (Gottman & Levenson, 1999). A su vez, una pareja satisfecha se asocia a un mayor bienestar psicológico y físico de los integrantes de la misma (Arias-Galicia, 2003). La insatisfacción de la pareja también se relaciona con otras consecuencias para la salud física y mental de sus integrantes, como episodios de violencia, divorcios y alcoholismo, entre otros (Arias-Galicia, 2003).

Una de las grandes consecuencias de la insatisfacción de la pareja es el divorcio. Siguiendo las estadísticas demográficas de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires desde el año 2017 al año 2019, se puede observar que en el año 2017 cada 100 matrimonios inscriptos, 78,2 se han divorciado. En el año 2018, se han divorciado 65,4 matrimonios cada 100 inscriptos y, finalmente, en el año 2019 se han divorciado 52,3 matrimonios de cada 100 inscriptos. Si bien el porcentaje de divorcios ha tendido a la baja desde el año 2017 al año 2019, también ha tendido a la baja la inscripción de nuevos matrimonios, siendo 8.217 en 2017 y 5.866 en 2019 (Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires, 2019). Teniendo en cuenta este dato, el porcentaje de divorcios en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires sigue siendo elevado.

Existen dos variables que modulan la satisfacción de la pareja: una es la inteligencia emocional y, la otra, los patrones de apego.

La inteligencia emocional representa la capacidad de percibir, asimilar, comprender y manejar las emociones para guiar mejor la mente y el comportamiento de uno mismo (Salvory & Mayer, 1990). Esta teoría ve a la emoción como un sistema de señales, donde cada emoción provoca una relación particular dentro de uno mismo o con el mundo exterior (Mayer, Salovey & Caruso, 2004). Así, las personas con alta inteligencia emocional tienen la posibilidad de controlar las emociones, comprender y respetar los sentimientos de los miembros de su familia y pareja y logran un equilibrio entre razón y emoción. A su vez, son conscientes de sus propios sentimientos, siendo empáticos y compasivos con las personas que los rodean. Estos son factores que influirán en la satisfacción de la pareja de forma positiva (Lavalekar, 2010).

En cuanto a los patrones de apego, los mismos se desarrollan durante los primeros años de vida de la persona, pero se cree que tienen un efecto en las creencias sobre uno mismo y en

las interacciones sociales que se van a ir dando a lo largo de toda la vida (Hazan & Shaver,1994). Según Bowlby (citado en Garrido – Rojas, 2006), la calidad de experiencia infantil de apego tendrá un rol fundamental en la capacidad del futuro adulto para enfrentar y establecer relaciones afectivas. Las experiencias vinculares de la temprana infancia se irán integrando de forma progresiva a la estructura de la personalidad y darán la posibilidad de interpretar, anticipar y responder a la conducta de las figuras de apego, al incorporar de forma integrada experiencias presentes y pasadas.

Hazan y Shaver (1987) aseveraron que las personas que presentan un apego de tipo seguro, describían sus experiencias de pareja como más satisfactorias y con mayor confianza en la pareja. A su vez, las mismas tenderían a presentar relaciones a más largo plazo. En cambio, las personas con apegos de tipo inseguro con una elevada ansiedad, afirmaban ser más propensas a sentir celos, obsesión y atracción sexual extrema. También, las personas con tipo de apego inseguro con alta evitación describían sus relaciones de pareja como relaciones marcadas por el temor a la cercanía y con frecuentes altibajos emocionales. Las personas inseguras en el apego disfrutaban menos de sus relaciones de pareja.

Por lo antes expuesto, se podría relacionar la inteligencia emocional y los estilos de apego adulto seguros con la satisfacción de la pareja. La relevancia radica en estudiar cómo se relacionan ambos constructos a fin de poder pensar en tratamientos de pareja enfocados en reforzar estas dos variables, permitiendo así solucionar y/o prevenir conflictos en la satisfacción de la pareja en adultos.

El presente proyecto de investigación surge a partir de una exhaustiva búsqueda bibliográfica, que evidenció una gran cantidad de investigaciones que muestran la relación existente entre el apego adulto y la satisfacción de la pareja, como así también la inteligencia emocional y el apego adulto. Sin embargo, no se han encontrado estudios en población occidental y latinoamericana que evidencien la relación entre inteligencia emocional, los estilos de apego adulto y la satisfacción de la pareja.

En base a lo mencionado anteriormente, se propone abordar la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y los estilos de apego adulto con la satisfacción en la pareja en adultos de entre 25 y 65 años, residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires?

1.2 Objetivos:

1.2.1 Objetivo general:

Estudiar y analizar la relación existente entre la inteligencia emocional y el estilo de apego adulto con la satisfacción en la pareja en adultos de entre 25 y 65 años, residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires.

1.2.2 Objetivos específicos:

- Describir el nivel de inteligencia emocional y sus dimensiones, el estilo de apego y el nivel de satisfacción de pareja en los adultos participantes de la muestra.
- Determinar si existen diferencias significativas en los niveles de inteligencia emocional, el estilo de apego y el nivel de satisfacción de pareja, según el tiempo en pareja y el sexo de los participantes.
- Examinar la relación existente entre la inteligencia emocional y el estilo de apego adulto con la satisfacción en la pareja.

1.3 Hipótesis:

- El nivel de inteligencia emocional de las mujeres es mayor que el nivel de inteligencia emocional de los hombres.
- Las mujeres poseen en mayor medida un estilo de apego inseguro, en comparación con el estilo de apego de los hombres.
- Las mujeres presentan un menor nivel de satisfacción de la pareja que los hombres.
- Existen mayores niveles de inteligencia emocional en las personas que se encuentran hace más tiempo en pareja.
- Hay una mayor satisfacción en la pareja en las personas que se encuentran hace menos tiempo en pareja.
- Las personas que presentan mayor apego inseguro, se encuentran hace menos tiempo en pareja.
- Existe una relación positiva entre la inteligencia emocional y los estilos de apego seguro con el nivel de satisfacción de la pareja.

2. Marco teórico

2.1. Satisfacción en la pareja

La satisfacción en la pareja es el resultado de la combinación de aspectos negativos y positivos de la convivencia o matrimonio (García, Fuentes Zarate & Sánchez Sánchez, 2016). La satisfacción en la pareja se relaciona con el afecto, la amistad, el amor, el interés y la satisfacción sexual. La característica más importante de ésta es la relación que tiene con el bienestar emocional individual, por lo cual se podría afirmar que la misma es una cualidad que posibilita la felicidad de los individuos (Alzugaray & García, 2015).

Antiguamente, era moneda corriente que las relaciones de pareja se produjeran y sostuvieran en el tiempo por acuerdos entre familias y, si los integrantes de la misma posteriormente se enamoraban, ocurría pasado cierto tiempo luego del matrimonio. Con el advenimiento del Romanticismo, el amor empezó a tener un rol preponderante en la constitución de las parejas. A su vez, *a posteriori*, la nueva sociedad industrial ofreció mayores posibilidades para que las personas tuvieran encuentros previos al compromiso, lo que posibilitó el amor romántico. Esto es lo que hoy en día es considerado el principal motivo para conformar una pareja estable (Fromm, 1959).

El amor romántico es definido como aquel amor que se encuentra conformado por la necesidad de proteger y confiar en la pareja, sumado al sentimiento de bienestar, apoyo, deseo de intimidad y tolerancia (Fromm, 1959). En la actualidad se han diversificado las formas de vivir en pareja, dando como resultado que el amor romántico no lleve necesariamente al matrimonio, es por eso que ha sido aceptada y masificada la convivencia de parejas sin estar casadas (García et al., 2016). En la actualidad, Argentina posee en el Código Civil y Comercial de la Nación un apartado que regula la vida en pareja de aquellas personas que no han contraído matrimonio, pero que conviven bajo el mismo techo (Honorable Congreso de la Nación argentina, 2014).

En este nuevo milenio se han dado varios fenómenos que han cambiado la forma en las que se conforman y configuran las parejas, como ser: la postergación del matrimonio, el incremento de la población que vive sola, el aumento de convivencias sin estar casados, la prolongación del periodo de convivencia con los padres, el incremento de la procreación fuera del matrimonio, el aumento de los divorcios y separaciones y el incremento de las nuevas nupcias con las consecuentes familias ensambladas (Iruete et al., 2020).

Debido a los cambios en la conceptualización del amor y la forma de vivir en pareja, Sternberg (1989), propuso la teoría triangular del amor para intentar comprender la naturaleza

del amor. En su teoría, el amor es un concepto que engloba diversos componentes complejos. Los cuales poseen una gran influencia biológica, pero a su vez están modulados por roles aprendidos socialmente. La teoría triangular del amor está constituida por tres componentes: la intimidad, la cual hace referencia al deseo de promover el bienestar en la persona que se ama, el sentimiento de felicidad, el respeto por la persona amada, el entendimiento mutuo, entre otras características. El segundo componente, es la pasión, ésta se relaciona con la atracción física y sexual, el intenso deseo de unión con el otro. La pasión es la expresión del deseo y de necesidades, como la necesidad de autoestima, entrega, pertenencia, etc. El tercer y último componente son la decisión y el compromiso, los cuales, a corto plazo, se relacionan con la decisión de amar a la pareja y, a largo plazo, con el mantenimiento de ese amor. La decisión y el compromiso no siempre se dan de manera simultánea. La decisión de amar muchas veces no implica un compromiso. Como así también puede que ocurra lo inverso. La intimidad y la decisión/compromiso suelen ser componentes estables pero la pasión va fluctuando con el paso del tiempo y tiende a ser relativamente inestable (Sternberg, 1989).

A su vez, las parejas poseen diferentes expectativas acerca de su relación, donde entran en juego la edad, el tiempo de la relación, el género, el tener o no hijos y lo que se fue aprendiendo en sus respectivas familias de origen cuando eran niños. Éstos son factores que van a ser importantes en la evolución de la pareja y serán determinantes para su satisfacción (Garrido Garduño, Reyes Luna, Torrez Velázquez & Ortega Silva, 2008).

Uno de los aspectos más importantes que influye en el mantenimiento de la satisfacción en la pareja es la llegada de los hijos, ya que éstos implican una gran cantidad de cambios, adaptaciones y ajustes que deben hacer los miembros de la pareja. Con la llegada de los hijos se puede producir cierta baja en la satisfacción de la pareja. En las relaciones que tenían una relación positiva antes de la paternidad, se continúa manteniendo una satisfacción adecuada, pero con un cierto declive; en las parejas que presentaban problemas, los mismos suelen agravarse, generando mayor insatisfacción (Urbano-Contreras, Martínez-Gonzalez & Iglesias - García, 2017).

A su vez, la sexualidad es muy importante en la satisfacción de la pareja ya que de ella depende en gran medida la relación de pareja. Así, condiciona la interacción entre los miembros de la pareja, la forma en que viven la relación en lo relativo al afecto, intimidad, confianza y fidelidad (Arrington, Cofrancesco & Wu, 2004).

Otros de los aspectos más relevantes que contribuyen a la satisfacción de la pareja, son los estilos de comunicación positivos, la búsqueda de solución de conflictos y una dinámica

familiar y de interacción en la pareja que brinde armonía y felicidad (Armenta Hurtarte & Díaz Loving, 2008).

La satisfacción en la pareja se encuentra modulada por la forma en que los miembros de la misma enfrentan y resuelven los problemas que surgen en el marco de la convivencia en pareja. Siguiendo a Flores (2004), se puede afirmar que el conflicto por sí solo no es negativo, ya que el mismo puede propiciar oportunidades para la negociación, el cambio, comprender al otro y a su vez adaptarse a las diferencias de la pareja. Por lo tanto, las parejas funcionales o disfuncionales no van a estar definidas por la cantidad o tipo de conflicto, sino por la manera en que logran resolverlos. Kurdek (1994) expone cuatro tipos diferentes de resolución de conflictos: a) la negociación o resolución positiva del conflicto planteado, donde su característica principal es la comprensión de la persona de la posición del otro, para ello se utiliza el razonamiento constructivo para lograr negociar con el otro; b) la confrontación, la cual se basa en comportamientos verbales de tipo agraviantes y abusivos, pérdida de autocontrol de la persona y una posición defensiva ante los demás; c) la retirada, la cual es la evitación del problema o el rechazo del mismo, la persona opta por negarse a hablar o retirarse del lugar donde se está dando el conflicto en cuestión; d) la sumisión, caracterizada por la aceptación de la solución propuesta por el otro, evitando discutir y sin defender la mirada propia del problema.

Entre los problemas que suelen surgir a lo largo de las relaciones de pareja se pueden mencionar los siguientes: aburrimiento en la relación, peleas frecuentes, sentimiento de incompreensión por parte de la pareja, falta de comunicación, falta de atracción sexual, falta de compromiso, sentir que no se tiene nada en común, percepción de alto grado de exigencia por parte de la pareja, falta de deseo de pasar tiempo con el otro, diferencias de opinión, ideas diferentes sobre lo que es el amor, percepción de falta de apoyo por parte de la pareja (Sternberg, 1989).

2.2. Inteligencia emocional

No existe una definición única de inteligencia emocional. A continuación, se presentan algunas de las consideradas más relevantes. Salovey y Mayer (1990) definieron a la inteligencia emocional como “la habilidad para controlar los sentimientos y emociones en uno mismo y en otros, discriminar entre ellos y usar esta información para guiar las acciones y el pensamiento de uno” (p. 189).

Según Salovey (2007), la inteligencia emocional hace referencia a los procesos que se encargan del uso, comprensión, reconocimiento y manejo de los estados emocionales de uno mismo y de las personas que nos rodean, para regular la conducta y resolver dificultades diarias.

La inteligencia emocional tiene que ver con la capacidad que poseen las personas para lograr razonar sobre sus estados emocionales y a su vez procesar la información emocional para aumentar el razonamiento.

Según Mestre, Guil, Brackett y Salovey (2008), la inteligencia emocional puede definirse como una combinación de cuatro habilidades relacionadas entre sí. Éstas son: “percibir y expresar las emociones de forma precisa, usar la emoción para facilitar la actividad cognitiva, comprender las emociones y regular las emociones para el crecimiento personal y emocional” (p. 2).

Estas definiciones hacen referencia a considerar la inteligencia emocional como un modelo mixto que combina características innatas con habilidades emocionales y rasgos de personalidad (Fernández Berrocal, Extremera Pacheco & Ramos, 2004). Entre los modelos mixtos más aceptados y desarrollados se puede citar el Modelo de Mayer y Salovey (2007), estos autores en su modelo conceptualizan a la Inteligencia emocional como la capacidad para evaluar, identificar las diferentes emociones positivas y negativas, tanto propias, como las de los demás, utilizarlas de forma correcta en la toma de decisiones, regularlas y comprenderlas.

Mayer y Salovey (2007), establecen el modelo de habilidades de la inteligencia emocional, reorganizándola en cuatro características principales: percepción, facilitación, comprensión y regulación de las emociones. La percepción de las emociones es un concepto que hace referencia a cómo las personas logran identificar las emociones y cómo repercute el contenido emocional de las mismas, en ellos mismos y en los demás. Las personas emocionalmente inteligentes son sensibles a percibir las expresiones falsas o manipuladas de los demás.

Según Mestre, Palmero y Guil (2004), asociadas a la percepción de las emociones se encuentran las siguientes subhabilidades: a) la identificación de las emociones propias del individuo, b) reconocimiento de las emociones en otros individuos, c) precisión en la expresión emocional propia y, d) discernimiento entre las expresiones que son sinceras y no sinceras y la discriminación entre los sentimientos.

La facilitación emocional de las actividades cognitivas se relaciona con el uso de las emociones en los procesos cognitivos. Permite discriminar y dirigir la atención hacia la información más relevante, determina la manera en que se procesa la información, como así también la forma de enfrentar diferentes situaciones y problemas (Salovey et al., 2004).

Según Mestre et al., (2004), las subhabilidades asociadas a esta rama son: a) la priorización del pensamiento y la redirección del mismo basado en los sentimientos de la persona, b) el uso de las emociones para facilitar la toma de decisiones, c) utilización en

beneficio propio de los sentimientos experimentados para tomar ventajas de las perspectivas que ellos ofrecen y, d) el empleo de los estados emocionales para posibilitar la resolución de problemas.

La comprensión de las emociones se relaciona con el conocimiento del sistema emocional, con cómo se procesan cognitivamente las emociones, y cómo éstas afectan la forma en que se procesa la información en cuanto a la comprensión y el razonamiento. Incluye la forma correcta de clasificar las emociones, la comprensión del significado emocional de ellas y se encarga de la evolución de un estado de ánimo a otro diferente. Dentro de esta rama se encuentran las siguientes subhabilidades: a) el entendimiento de la forma de relacionarse de las emociones entre sí, b) la asimilación de las consecuencias y las causas de las emociones producidas, c) la interpretación de emociones complejas, como la combinación de estados afectivos contradictorios y mezclados y d) el entendimiento de los cambios entre diferentes emociones (Mestre et al., 2004).

La regulación de las emociones es la última rama del modelo de habilidades de inteligencia emocional propuesto por Mayer y Salovey (1997). Esta rama se relaciona con la capacidad que poseen las personas para estar accesible a los estados emocionales positivos y a los negativos, a poder reflexionar sobre ellos y poder evitar exagerar o reprimir la emoción y la información que la acompaña, como así también a poder regular emocionalmente tanto emociones propias como de otras personas. Siguiendo a Mestre et al., (2004), se incluirían las siguientes subhabilidades: a) apertura a sentimientos que pueden ser agradables y sentimientos que pueden ser displacenteros, b) manejo y expresión de las diferentes emociones, c) vinculación o desvinculación de los propios estados emocionales, d) conducción de las emociones propias y e) conducción de las emociones en otros individuos.

Mayer y Salovey, a partir del año 1997, se han focalizado en la inteligencia emocional interpersonal, siguiendo el modelo de habilidades por ellos propuesto, pero en el inicio de sus trabajos se centraron en la inteligencia emocional de tipo intrapersonal. Ésta es definida como las creencias que tienen todas las personas sobre su experiencia emocional y la conciencia de sus propias emociones y habilidades emocionales. De esta manera, se evalúan y estudian los procesos cognitivos implicados en la reflexión mediante los cuales se valoran, perciben y regulan los estados emocionales (Fernández Berrocal & Extremera Pacheco, 2008).

Siguiendo este modelo, la inteligencia emocional intrapersonal incluye tres dimensiones diferentes: la atención emocional, la claridad emocional y la reparación emocional. La atención emocional se relaciona con el grado en que los individuos piensan que prestan atención a sus sentimientos y emociones, como también a las sensaciones y estados cognitivos y fisiológicos

que estas emociones provocan. La claridad emocional, hace hincapié a como los individuos piensan que perciben sus emociones, si logran comprender como se sienten, discriminar y etiquetar emociones y clasificar los diversos sentimientos que estas provocan. La reparación emocional corresponde a la creencia que los individuos poseen sobre su capacidad para regular sus estados anímicos negativos, como también lograr prolongar en el tiempo sus estados anímicos positivos. Esta última dimensión, a su vez, está compuesta por la capacidad de estar abierto a sentir sus sentimientos y reflexionar sobre ellos para beneficiarse de ellos o desechar información que no sea de utilidad (Salovey et al., 1995).

Este modelo concibe a la inteligencia emocional como la ejecución de comportamientos y habilidades que pueden ser aprendidas y desarrollados a lo largo de la vida, y no solo como un rasgo o característica interna heredada e inmodificable (Billings et al., 2014).

Las personas con una puntuación alta en inteligencia emocional poseen características que influirán en la satisfacción de la pareja de forma positiva. Poseen la capacidad de comprender las emociones, percibir los sentimientos y emociones de sus parejas y son empáticos y compasivos con los otros (Lavalekar, 2010).

2.3 Estilos de apego

El primer objetivo del ser humano en su desarrollo es la búsqueda del apego interpersonal. Es un impulso que se da de forma innata del sistema del apego, que tiene como finalidad mantener la cercanía del infante con su cuidador cuando se dan situaciones que pueden ser amenazantes y proveer cierta seguridad en situaciones en que la amenaza es menor, donde se facilita la exploración del mundo por parte del niño. El apego es la necesidad de generar vínculos afectivos, a los cuales poder recurrir en situaciones de estrés, para obtener seguridad y protección (Bowly, 1989). “La conducta del apego del niño es activada especialmente por el dolor, la fatiga y cualquier cosa atemorizante y también por el hecho de que la madre sea o parezca inaccesible” (Bowly, 1989, p. 15).

Las personas, a partir de la interacción de forma repetida con figuras significativas de cuidado, generan los modelos operativos internos, los cuales están compuestos por creencias internalizadas por las personas, sobre sí misma y sobre los otros (Bowly, 1979). Estos modelos operativos internos dan cuenta de las diferencias individuales en los estilos de apego. El modelo interno de sí mismo está compuesto por representaciones sobre las propias capacidades de la persona para ser digna de afecto y cuidado, y se relaciona con el grado de ansiedad ante el rechazo de quien es su figura de apego. El modelo interno de los otros está compuesto por representaciones acerca de la disponibilidad y sensibilidad de los cuidadores, y está relacionado

al grado de evitación de la intimidad que la persona exterioriza respecto a sus relaciones más cercanas (Guzmán, Carrasco, Trabucco & Vilco, 2016). Bartholomew (1994) propuso categorizar los estilos de apego teniendo en cuenta la ansiedad frente al abandono o el amor insuficiente y la evitación de la intimidad y la expresión emocional. Ambas dimensiones se organizan de forma simultánea con las representaciones que la persona tiene del sí mismo y de los otros dando como resultado a dos modelos de sí mismo (modelo de sí mismo positivos contra el modelo de sí mismo negativo) y dos modelos de los otros (modelos de los otros positivos contra modelos de los otros negativos). A partir de las dimensiones de evitación y ansiedad y las maneras particulares de relacionarse con las personas asociadas a dichas dimensiones, es que se generan los estilos de apego (Guzmán et al., 2016). Éstos pueden ser definidos como “patrones sistemáticos de expectativas, necesidades y conducta social que influyen en la manera que las personas se involucran en relaciones cercanas” (Feeney & Noller, 1996/2001 en Guzmán et al., 2016, p. 2). Las diferentes combinaciones de estas dimensiones formarán los siguientes estilos de apego: apego seguro, apego ansioso o preocupado, apego evitativo y apego temeroso (Bartholomew, 1994).

Las personas que presentan un estilo de apego seguro poseen una percepción positiva de sí mismo y de los otros, mostrando una buena predisposición a las relaciones interpersonales para involucrarse de forma afectiva. Se sienten cómodos frente a la intimidad y a la autonomía. Las personas con un estilo ansioso aceptan y buscan situaciones de intimidad con el otro, pero constantemente sienten temor al rechazo y a la desvalorización. Los individuos evitativos le dan demasiada importancia a la autoconfianza y autorrealización personal, sin importar los medios necesarios para conseguirlas, aunque ello implique perder los lazos de intimidad con los otros. Toman a los lazos afectivos de forma defensiva ante el contacto con los otros. Para finalizar, los individuos con apego temeroso poseen el deseo de intimidad con los demás, pero a su vez sienten desconfianza respecto a ellos, evitando involucrarse de forma sentimental, dando como resultado, individuos con un gran miedo al rechazo (Ainsworth, 1979).

Las personas que poseen un tipo de apego seguro, tenderán a describir una mayor satisfacción en la pareja y suelen lograr presentar relaciones a más largo plazo. A su vez, los individuos que presentan un apego de tipo inseguro disfrutan menos de sus relaciones de pareja, pueden ser propensos a sentir celos, temor a la cercanía, altibajos emocionales, y suelen tener relaciones a más corto plazo (Hazan & Shaver, 1987).

2.4. Estado del arte

En un estudio realizado en la ciudad de Andimeshk, Irán, Mohamadimehr y Karimi Baghmalek (2017) analizaron la relación existente entre la inteligencia emocional, los estilos de apego y el optimismo con la satisfacción marital. Se realizó un tipo de estudio descriptivo correlacional, en el cual se seleccionaron 150 parejas casadas voluntarias que asistían a clínicas de asesoramiento marital y que no presentaran antecedentes de enfermedad física o mental. Los resultados mostraron que hubo una correlación positiva y significativa entre la inteligencia emocional, la escala de apego adulto, el optimismo, la satisfacción general y conyugal. Los resultados del análisis de regresión muestran que la inteligencia emocional, el estilo de apego adulto, el optimismo y la salud general pueden predecir la satisfacción conyugal de manera significativa. A través del estudio de los coeficientes de regresión se llega al resultado que, al aumentar la cantidad de optimismo, los estilos de apego seguros y la inteligencia emocional, se logrará mayor satisfacción conyugal. A su vez, los resultados indican una relación significativa entre la inteligencia emocional y la satisfacción de las parejas. Además, se mostró que existe una relación significativa entre la satisfacción de las parejas y las variables de estilos de apego. Por otro lado, la satisfacción de la pareja aumentará con la mejora de los estilos de apego en los individuos.

Kamel Abbasi, Tabatabaei, Aghamohammadiyan Sharbaf y Karshki (2016) realizaron un estudio en la ciudad de Mashhad, Irán, con el objetivo de investigar la relación existente entre los estilos de apego y la inteligencia emocional con la satisfacción marital. Se realizó un estudio de tipo transversal, donde se seleccionaron 450 personas casadas (226 hombres, 224 mujeres) utilizando el método de muestreo de múltiples etapas. Los resultados obtenidos indicaron que el estilo de apego seguro correlaciona positivamente y de forma significativa con la satisfacción marital, a su vez el estilo de apego evitativo y el estilo de apego ambivalente tienen una relación negativa significativa con la satisfacción marital. Además, los estilos de apego pueden predecir significativamente la satisfacción marital. También, se llegó al resultado que la inteligencia emocional y sus componentes tienen una relación positiva significativa con la satisfacción marital, por lo tanto, la inteligencia emocional y los componentes intrapersonales, de adaptabilidad y del estado de ánimo general pueden predecir significativamente la satisfacción marital. Con los resultados obtenidos concluyeron que los estilos de apego y la inteligencia emocional son factores clave en la satisfacción marital ya que disminuyen el desacuerdo conyugal y aumentan las interacciones positivas de las parejas.

Zysberg, Kelmer y Mattar (2019), realizaron un estudio en Israel con el objetivo de analizar si los estilos de apego moderan la asociación entre la inteligencia emocional y la satisfacción en las relaciones románticas. Se utilizó una muestra de 175 adultos jóvenes que se encontraban en pareja hace al menos seis meses. Los resultados obtenidos fueron los siguientes: al principio la inteligencia emocional no correlacionó con la satisfacción, pero una vez que se introdujo el estilo de apego, la inteligencia emocional mostró una asociación positiva con la satisfacción, mientras que ambas medidas de evitación y ansiedad (los dos ejes de los estilos de apego) mostraron una asociación negativa con la misma medida. Los resultados sugieren que la asociación entre la inteligencia emocional y la satisfacción con las relaciones románticas surge solo después de que se toman en consideración los estilos de apego.

Cabello, Sorrel, Fernández-Pinto, Extremera y Fernández-Berrocal (2016), realizaron una investigación con el objetivo de analizar la capacidad de inteligencia emocional en una muestra transversal de 12.198 adultos españoles de 17 a 76 años, de los cuales el 56,56% fueron hombres. Los resultados sugieren que las mujeres obtienen puntuaciones significativamente más altas que los hombres en la inteligencia emocional de capacidad total, así como en la habilidad que poseen en lo que respecta a cada una de las cuatro ramas de la inteligencia emocional: la percepción de emociones, la facilitación del pensamiento, la comprensión de las emociones y el manejo de las emociones.

Rodríguez López, Sánchez Santacruz, Ochoa Escobar, Cruz Piza y Fonseca Morales (2019) realizaron un estudio con el objetivo de analizar la inteligencia emocional según el género de los participantes. Se realizó un estudio transversal, descriptivo y no experimental, utilizando la escala TMMS – 24, en una muestra de 162 estudiantes universitarios de una universidad del Ecuador. Los resultados muestran un adecuado nivel de inteligencia emocional para la totalidad de las dimensiones. En el sexo masculino las dimensiones de claridad y reparación presentan puntuaciones mayores que las mujeres. En la dimensión de atención, las mujeres logran mayor puntuación que los hombres. En cuanto a la inteligencia emocional estimada globalmente no se presentan diferencias significativas según el sexo.

Anghel (2016) realizó un estudio en Rumania con el objetivo de identificar las características definitorias de la inteligencia emocional y la satisfacción marital y la relación entre ambas. La muestra estuvo compuesta por 60 personas, con una edad media de 29 años, casados desde hacía al menos cinco años y conviviendo en pareja. Los resultados obtenidos

fueron los siguientes: en términos de inteligencia emocional general no existen diferencias significativas por género, pero a nivel de los subcomponentes de ésta, sí existen diferencias significativas. Son las mujeres quienes logran reconocer mucho mejor las emociones, etiquetarlas, percibir los cambios fisiológicos que acompañan a los diferentes tipos de emociones y también pueden reconocerlas en otros. También se llegó al resultado que las mujeres son más hábiles en el uso de palabras que describen sus emociones, lo que significa que pueden reconocer con mayor precisión las similitudes y diferencias entre estados emocionales, reconocer la importancia de los estados emocionales. Los resultados han mostrado correlaciones significativas entre la satisfacción conyugal y los subcomponentes de la inteligencia emocional sobre cómo equilibrar las emociones personales y equilibrar las emociones de los demás.

Alarcón, Balsalobre y Fernández Cano (2017), realizaron una investigación con el objetivo de analizar la relación existente entre la inteligencia emocional y la satisfacción de la pareja. La muestra estuvo compuesta por 36 parejas de edades comprendidas entre los 22 y los 87 años. Los resultados muestran que hay una relación positiva significativa entre el componente comprensión de inteligencia emocional y el nivel de satisfacción de la pareja. A su vez, las parejas con más años de convivencia presentan una menor puntuación en la satisfacción de la pareja. También se observa que cuantos más años tienen de convivencia, menores son las puntuaciones en inteligencia emocional – comprensión.

Urbano-Contreras, Iglesias-García y Martínez- González (2019), realizaron una investigación en España, con el objetivo de identificar si existían diferencias de género en la percepción de satisfacción en la relación de pareja, considerando la satisfacción general y la satisfacción sexual. La muestra estuvo conformada por 237 parejas heterosexuales con edades comprendidas entre los 18 y los 45 años. Los resultados muestran mayores índices de satisfacción general en los hombres, sobre todo en aspectos como la expresión de pensamientos o sentimientos o aspectos como sentirse escuchado o atendido por su pareja: aspectos en los que las mujeres tienden a sentirse más insatisfechas. Sobre la satisfacción sexual, los hombres obtuvieron una menor satisfacción respecto a la frecuencia en las relaciones sexuales que las mujeres.

Pérez-Aranda, Peralta-López, Estrada-Carmona, García Reyes y Tuz-Sierra (2019) realizaron un estudio con el objetivo de analizar los estilos de apego de hombres y mujeres de 20 a 40 años (adultez temprana) y de 40 a 65 años (adultez media), que se encontraban en una

relación de pareja. La muestra fue de tipo no probabilística por conveniencia, se tomaron 200 personas de entre 20 y 65 años de edad, oriundas de la ciudad de San Francisco de Campeche, México. Los resultados obtenidos fueron los siguientes: en las mujeres existió prevalencia en el apego ansioso y en los hombres en el apego seguro. Además, el estilo de apego seguro predomina en las personas en la adultez temprana, y el estilo de apego ansioso predomina en la adultez media. Durante el noviazgo las personas tienen prevalencia de un estilo de apego seguro y en el primer matrimonio hay tendencia al estilo de apego ansioso. En el caso del estilo de apego ansioso se obtuvo que, tanto de la edad, como el número de hijos y los años de relación de pareja, junto con el promedio de edad de los hijos, están correlacionados con este estilo de apego. En el caso del apego evitante no se encontraron correlaciones significativas.

Alonso-Arbiol, Bretaña, Mateos-Pérez, Páez, Torres-Gómez, Aitzi-Ber, Conejero y Gallarin (2020) realizaron una revisión teórica de distintas investigaciones que asocian las variables de apego e inteligencia emocional, con el objetivo de comprobar una posible relación entre las mismas. Realizaron una búsqueda exhaustiva en diversas bases de datos como Psycodoc, Psycinfo, Web of Science, entre otras. Todos los estudios seleccionados utilizaron una metodología correlacional de encuesta, utilizando la prueba *t* de *Student* para la comparación de medias. A su vez los artículos seleccionados pertenecían a diversos tipos de población y países, como ser estudiantes universitarios, población general, población clínica, etc. En cuanto a los países los estudios se han llevado a cabo en Estados Unidos, Francia, Reino Unido, Italia, Turquía, Serbia, Argentina, Líbano, entre otros. Se analizaron un total de 25 artículos, de los cuales en 24 se confirma la asociación existente entre el apego y la inteligencia emocional, correlacionando positivamente la inteligencia emocional con el apego seguro y negativamente con la dimensión de ansiedad y evitación del apego.

3. Metodología

3.1 Diseño

Se realizó una investigación de enfoque cuantitativo, de diseño no-experimental, con corte transversal y de alcance descriptivo-correlacional.

3.2 Participantes

El presente estudio se realizó con una muestra no probabilística intencional. La misma estuvo compuesta por 264 adultos de ambos sexos de 25 a 65 años que se encuentran actualmente en pareja. Los criterios de inclusión consistieron en residir en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires. Por el contrario, se excluyó aquellos que, se encuentran hace menos de dos años en pareja, y que no estaban en pareja.

Del total de la muestra (N = 264), la media de edad de los participantes fue de 36 años (SD = 11,15), con un mínimo de 25 años y un máximo de 65 años. El 67,4 % eran del género femenino (N = 178), el 32,2% del masculino (N = 85) y 0,4% señalaron otro género (N = 1). Con respecto a la zona de residencia, el 68,6% (N = 181) de la muestra pertenecían a la Ciudad de Buenos Aires y el 31,4% (N = 83) al Gran Buenos Aires.

En cuanto al estado civil, el 54,5% (N = 144) estaba soltero, el 37,9% (N = 100) estaba casado, el 0,8% (N = 2) estaba separado, el 5,7% (N = 15) divorciado y el 1,1% (N = 3) eran viudos. En referencia a los años en pareja la media fue de 11 años (DE = 9,89) con un mínimo de 2 años en pareja y un máximo de 48 años.

En lo que hace a la convivencia en pareja, el 81,4% (N = 215) convivía y el 18,6% (N = 49) no.

Respecto a la orientación sexual, el 94,3% (N = 249) eran heterosexuales, el 1,5% (N = 4) homosexuales, el 2,3% (N = 6) bisexuales y el 1,9% (N = 5) pansexuales.

Referente a la cantidad de hijos el 48,1% (N = 127) tiene hijos y el 51,9% (N = 137) no tiene hijos. Respecto a si los hijos, eran de la pareja actual, el 79,5% (N = 101) pertenecían a la pareja actual y el 20,5% (N = 26) no pertenecían a la pareja actual. En cuanto a la cantidad de hijos (M = 1,74, SD = 0,92), siendo que un 48,8% (N = 62) tenía un hijo, el 36,2% (N = 46) dos hijos, el 9,4% (N = 12) tres hijos, el 4,7% (N = 6) cuatro hijos y el 0,8% (N = 1) seis hijos.

3.3 Instrumentos

Para la recolección de datos y estudiar las variables mencionadas anteriormente, se utilizó lo siguiente:

- A) Cuestionario sociodemográfico: se utilizó un cuestionario sociodemográfico diseñado especialmente para esta investigación, donde se indagaron los siguientes datos: género, edad, lugar de residencia, estado civil, cantidad de años en pareja, si tienen hijos (en caso afirmativo, cantidad de hijos y si son de la pareja actual), convivencia en pareja y la orientación sexual.
- B) Rasgo - Meta escala de estado del ánimo – 24 (TMMS-24) de Fernández – Berrocal, Extremera y Ramos (2004): es una versión reducida de 24 ítems del Trait-Meta Mood Scale-

48 (TMMS-48) de Salovey y Mayer (1995), el cual fue traducido y validado al español por Fernández – Berrocal, Extremera & Ramos (2004). La escala se empleó para medir la inteligencia emocional y está compuesta por 24 ítems, divididos en tres sub-escalas de ocho ítems cada una: claridad de los sentimientos, reparación emocional y atención emocional. Es una escala de tipo *Likert* donde las respuestas van del 1 al 5 siendo 1 = *nada de acuerdo* y 5 = *totalmente de acuerdo*. En cuanto a sus propiedades psicométricas, la misma en el estudio de Extremera Pacheco et al., (2004) obtuvo un alfa de Cronbach de 0.90 para atención emocional, 0.90 para claridad de los sentimientos y 0.86 para reparación emocional. En la misma línea, los índices de confiabilidad para este estudio fueron muy satisfactorios, obteniendo un alfa de Cronbach de 0.87 para atención emocional, 0.90 para claridad de los sentimientos y 0.86 para reparación emocional.

C) Cuestionario de Relación de Bartholomew y Horowitz (1991): para medir el estilo de apego adulto, se administró la versión adaptada al español por Alonso – Arbiol (2000). El cuestionario está compuesto por cuatro frases, donde el entrevistado debe colocar su grado de acuerdo o desacuerdo, según una escala de tipo *Likert* donde las respuestas van del 1 al 7, siendo 1 = *total desacuerdo* y 7 = *totalmente de acuerdo*. A su vez, la persona debe elegir una de las frases con la cual se siente más identificada. La validación al español del cuestionario se realizó con una doble traducción del inglés al español.

El cuestionario permite establecer el estilo de apego que posee el entrevistado, siendo estos, apego seguro, evitativo/desvalorizador, preocupado o temeroso. El estilo seguro se caracteriza por poseer una percepción positiva de su mismo y de los demás, las personas con este tipo de apego describen sus experiencias amorosas como más satisfactorias, de confianza y suelen experimentar relaciones a más largo plazo (Hazan & Shaver, 1987). El estilo evitativo /desvalorizador se caracteriza por una idea positiva sobre sí mismo pero negativa sobre los otros, en cuanto a sus relaciones de pareja suelen poseer expectativas más negativas respecto al apoyo de la pareja, suelen describir a sus relaciones de pareja como caracterizadas por temor a la cercanía y altibajos emocionales, como también expresar dificultad para la intimidad y el compromiso. Respecto al estilo preocupado, se presenta una idea negativa sobre sí mismo y positiva sobre los otros, experimentando en sus relaciones de pareja celos, obsesiones o atracción sexual extrema. A su vez, presentan preocupación excesiva o dependencia emocional de su pareja. Por último, en cuanto al estilo temeroso, estos presentan una percepción negativa de sí mismos y de los demás, es el estilo que suele presentar peores niveles de satisfacción de la pareja, ya que ante las situaciones que le generan incomodidad desactivan las necesidades de

apego, dando como resultado la evasión de situaciones de apoyo emocional, negando la posibilidad a sus parejas que sean una fuente de contención emocional (Hazan & Shaver, 1987). El cuestionario de relación es el único entre las escalas más utilizadas para evaluar apego en adultos que no es sensible a sesgos de autoengaño (Yárnoz-Yaben & Comino, 2011). El cuestionario de relación posee propiedades psicométricas satisfactorias de test-retest y de validez de constructo en su versión adaptada al español como así también en su versión original (Yárnoz, Alonso-Arbiol, Plazaola & Sainz de Murieta, 2001).

D) Escala de Ajuste Diádico versión breve - EAD 13 de Santos-Iglesias, Vallejo – Medina y Sierra (2009): Esta escala, es una versión reducida de la Escala de Ajuste Diádico de Spainer (1997). La versión original fue adaptada al español por Bornstein y Bornstein (1988). La escala reducida consta de 13 ítems, donde el entrevistado debe colocar su grado de acuerdo o desacuerdo según una escala de tipo *Likert* que puntúa diferente dependiendo el conjunto de ítems. En cuanto al continuo de respuesta, los ítems 1 a 5 van de 1 = *Siempre en desacuerdo* a 6 = *Siempre de acuerdo*. Los ítems 6 a 8 el continuo de respuesta presenta un puntaje invertido que va de 6 = *nunca* a 1 = *siempre*. El ítem 9 va de 1 = *nunca* a 5 = *todos los días*. El ítem 10 presenta un continuo de respuesta de 1 = *en ninguna* a 5 = *en casi todas*. Los ítems 11 y 12 van de 1 = *nunca* a 6 = *más a menudo incluso*. Por último, el ítem 13 va de 1 = *nuestra relación nunca podrá tener éxito y no hay nada más que yo pueda hacer para preservarla* a 6 = *deseo a toda costa que nuestra relación tenga éxito y haría lo imposible porque fuera así*.

La validación de la misma se realizó con una muestra compuesta por 710 personas de entre 18 y 65 años, todos los participantes se encontraban en una relación de pareja estable de al menos seis meses de duración. En cuanto a sus propiedades psicométricas, la misma cuenta con un Alpha de Cronbach de 0.83 para la escala total y 0.73, 0.70 y 0.63 para las subescalas de Consenso, Satisfacción y Cohesión de la pareja (Santos – Iglesias et al., 2009). En la misma línea, los índices de confiabilidad para este estudio fueron satisfactorios (a excepción de la escala de cohesión), con un Alpha de Cronbach de 0.83 para la escala total y 0,70, 0,72 y 0,49 para las subescalas de Consenso, Satisfacción y Cohesión de la pareja.

3.4 Procedimiento de recolección de datos

La recolección de datos se realizó a través de la administración de una batería de test compuesta por los instrumentos anteriormente mencionados, en formato autoadministrable *online*, utilizando un formulario de Google Forms, el cual fue difundido mediante distintos medios de comunicación electrónicos como ser *WhatsApp*, *Instagram*, *Facebook*, entre otras redes. Los participantes ingresaron a un link donde se presentó un consentimiento informado

que aseguraba la confidencialidad y el anonimato de las respuestas y el cumplimiento de los requisitos por parte de los participantes. También, se informó que las respuestas solo se utilizarán con fines académicos o científicos.

3.5 Procedimiento de análisis de datos

Para el análisis estadístico de los datos recolectados, se armó una base de datos en Excel, que luego se exportó al programa IBM SPSS Statistics, Versión 23, programa con el cual se realizó el análisis propiamente dicho.

Se realizó un análisis descriptivo de las variables inteligencia emocional, estilos de apego y satisfacción en la pareja, para lo cual se utilizó estadística de tipo descriptiva: cálculo de porcentajes, frecuencias, media, desvío, mínimo y máximo.

Para analizar la existencia de diferencias entre grupos estadísticamente significativas en las variables trabajadas se utilizó *t* de Student.

Finalmente, para verificar si existen relaciones estadísticamente significativas entre las variables, se utilizó el coeficiente de Correlación de Pearson. El nivel de significación estadística para todas las pruebas fue $p < 0.05$.

4. Resultados

En la presente sección se presentan los resultados obtenidos a través del análisis de los datos recolectados de la muestra, basados en los objetivos de investigación planteados.

4.1 Resultados descriptivos

Con relación al primer objetivo de este trabajo: Describir el estilo de apego adulto, el nivel de satisfacción de pareja y el nivel de inteligencia emocional y sus dimensiones, en los adultos participantes de la muestra se utilizó estadística de tipo descriptiva: cálculo de porcentajes, frecuencias, media, desvío, mínimo y máximo, y se llegó a resultados que se presentan a continuación.

4.1.2 Resultados descriptivos de la satisfacción con la pareja

En cuanto a la satisfacción de la pareja la media de la muestra fue de 59,43 (SD = 7,87). La versión breve de la Escala de Ajuste Diádico posee un puntaje de corte de 44 puntos, donde las personas que obtienen una puntuación mayor a dicho número presentarían un adecuado

ajuste diádico, por ende, los datos obtenidos darían cuenta que los participantes de este estudio presentan una adecuada satisfacción de la pareja (Santos-Iglesias et al., 2009). El mínimo obtenido de ajuste diádico fue de 36 puntos y el máximo de 75.

Respecto a los estadísticos descriptivos de los 13 ítems de la escala de Ajuste Diádico, se decidió agruparlos según las dimensiones de satisfacción, consenso y cohesión que presenta la escala y analizar ítem por ítem dentro de sus correspondientes dimensiones, para poder hacer un mayor detalle descriptivo de la variable objeto de estudio.

La satisfacción, considerada como el nivel de felicidad, bienestar y compromiso con la pareja, está compuesta por cinco ítems.

En lo que hace a la frecuencia en que las personas han pensado en divorciarse o separarse (ver Tabla 1), se puede observar que las personas casi nunca han pensado en divorciarse o separarse, siendo solo dos personas de la muestra, las que siempre piensan en divorciarse o separarse.

Tabla 1

Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13

6. Con qué frecuencia ha pensado en divorciarse o separarse		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Siempre	2	0,8
	Casi siempre	2	0,8
	A menudo	8	3
	A veces	71	26,9
	Casi nunca	101	38,3
	Nunca	80	30,3
	Total	264	100

En la misma línea, en cuanto a la frecuencia con la que la persona piensa en que se lamenta haberse casado o decidido convivir con su pareja (ver Tabla 2), se puede verificar que la gran mayoría de los participantes no lamentan haberse casado o decidido vivir con sus parejas, siendo solo algunas pocas personas de la muestra las que siempre o casi siempre lo lamentan.

Tabla 2*Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13*

7. Lamenta haberse casado o decidido vivir juntos			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Siempre	2	0,8
	Casi siempre	3	1,1
	A menudo	4	1,5
	A veces	35	13,3
	Casi nunca	56	21,2
	Nunca	164	62,1
	Total	264	100

Respecto a la frecuencia en que las personas discuten con su pareja (ver Tabla 3), casi la mitad de la muestra reconoce que a veces discute con su pareja. Sin embargo, un gran porcentaje admite que nunca o casi nunca lo hace.

Tabla 3*Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13*

8. Con qué frecuencia discute usted y su pareja			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Siempre	1	0,4
	Casi siempre	3	1,1
	A menudo	15	5,7
	A veces	136	51,5
	Casi nunca	105	39,8
	Nunca	4	1,5
	Total	264	100

Al indagar por la frecuencia en que las personas se besan con su pareja (ver Tabla 4), se observa que la mayoría de las personas besan a su pareja todos los días, siendo muy pocas (apenas 10) que señalan que nunca o casi nunca besan a su pareja.

Tabla 4*Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13*

9. Besa a su pareja			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Nunca	3	1,1
	Casi nunca	7	2,7
	A veces	34	12,9
	Casi todos los días	45	17
	Todos los días	175	66,3
	Total	264	100

Por último, al momento de señalar el párrafo que mejor refleja la forma de pensar del participante sobre cómo ve el futuro de su relación (ver Tabla 5), se halla que la mayoría de las personas desea mucho que su relación tenga éxito y pondrán de su parte lo necesario para que así sea. Son solo tres las personas que piensan que su relación nunca podrá tener éxito y no hay nada más que puedan hacer para preservarla.

Tabla 5*Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13*

13. De las frases que siguen, cual refleja mejor su forma de ver			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Nuestra relación nunca podrá tener éxito y no hay nada más que pueda hacer para preservarla	3	1,1
	Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito pero me niego a hacer más de lo que hago	5	1,9
	Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito pero no puedo hacer mucho más de lo que ya hago	21	8
	Deseo mucho que nuestra relación tenga éxito y pondré de mi parte lo necesario para que así sea	105	39,8
	Deseo muchísimo que nuestra relación tenga éxito y haré todo lo que pueda hacer para que así sea	83	31,4
	Deseo a toda costa que nuestra relación tenga éxito y haría lo imposible por que fuera así	47	17,8
	Total	264	100

Al analizar la dimensión de satisfacción, se puede afirmar que los participantes de la muestra, evidencian una adecuada satisfacción de la pareja. La gran mayoría nunca ha pensado en divorciarse o separarse, nunca lamenta haberse casado o decidido vivir con su pareja, discuten a veces con sus parejas, besan a sus parejas todos los días y poseen un deseo de que la relación tenga éxito y piensan que harían lo necesario para que eso suceda.

Respecto a la dimensión de consenso, la misma hace referencia a la capacidad, recursos y habilidades que tiene la pareja para lograr acuerdos y/o hallar soluciones en conjunto a los problemas que se presentan. Esta dimensión evalúa distintos temas o ámbitos en los que la pareja puede mostrar acuerdo o no.

Respecto al manejo del dinero y las finanzas familiares (ver Tabla 6), la gran mayoría de los participantes muestran altos grados de acuerdo.

Tabla 6

Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13

1. Manejo de finanzas familiares			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Siempre en desacuerdo	10	3,8
	Casi siempre en desacuerdo	11	4,2
	A menudo en desacuerdo	20	7,6
	A veces en desacuerdo	48	18,2
	Casi siempre de acuerdo	113	42,8
	Siempre de acuerdo	62	23,5
	Total	264	100

En cuanto a la demostración de cariño para con su pareja, como se puede observar en la Tabla 7, la mayoría de las personas se encuentra de acuerdo respecto a las demostraciones de cariño mutuas, si bien un 30% aproximadamente de los participantes no coinciden en este aspecto.

Tabla 7

Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13

2. Demostraciones de cariño			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Siempre en desacuerdo	2	0,8
	Casi siempre en desacuerdo	12	4,5
	A menudo en desacuerdo	41	15,5
	A veces en desacuerdo	31	11,7
	Casi siempre de acuerdo	98	37,1
	Siempre de acuerdo	80	30,3
	Total	264	100

En la misma línea, como puede verificarse en la Tabla 8 y en la Tabla 9, los participantes suelen estar de acuerdo con las amistades que poseen y sobre las relaciones con familiares próximos a la pareja.

Tabla 8

Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13

3. Amistades			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Siempre en desacuerdo	4	1,5
	Casi siempre en desacuerdo	5	1,9
	A menudo en desacuerdo	14	5,3
	A veces en desacuerdo	47	17,8
	Casi siempre de acuerdo	113	42,8
	Siempre de acuerdo	81	30,7
	Total	264	100

Tabla 9

Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13

4. Relaciones con los familiares próximos			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Siempre en desacuerdo	4	1,5
	Casi siempre en desacuerdo	10	3,8
	A menudo en desacuerdo	17	6,4
	A veces en desacuerdo	69	26,1
	Casi siempre de acuerdo	99	37,5
	Siempre de acuerdo	65	24,6
	Total	264	100

Por último, como se puede observar en la Tabla 10, la división de tareas domésticas del hogar es donde hay un mayor disenso en las respuestas, siendo que casi la mitad de la muestra admite un consenso en este aspecto, y la otra mitad no.

Tabla 10*Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13*

5. Tareas domésticas			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Siempre en desacuerdo	11	4,2
	Casi siempre en desacuerdo	11	4,2
	A menudo en desacuerdo	28	10,6
	A veces en desacuerdo	79	29,9
	Casi siempre de acuerdo	86	32,6
	Siempre de acuerdo	49	18,6
	Total	264	100

Con los resultados antes expuestos, en los cinco ítems correspondientes a la dimensión de consenso en la pareja, se puede afirmar que los participantes de la muestra presentan un alto grado de consenso con su pareja sobre las diferentes temáticas analizadas anteriormente.

Por último, la dimensión de cohesión de la pareja, hace referencia al grado de importancia e implicación de un miembro de la pareja para con el otro. Esto incluye el interés por el otro, por el buscar momentos para compartir, los proyectos en conjunto, etc.

Al indagar sobre la cantidad de actividades fuera de la pareja en sí, que realizan las personas junto con su pareja (ver Tabla 11), se puede observar que las personas suelen compartir actividades juntos, por lo menos en alguna de las parejas. Del total, 48 participantes señalaron que no participan en ninguna o casi ninguna actividad juntos.

Tabla 11*Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13*

10. Participan juntos en actividades fuera de la pareja			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	En ninguna	19	7,2
	En casi ninguna	29	11
	En algunas	141	53,4
	En la mayoría	47	17,8
	En casi todas	28	10,6
	Total	264	100

Respecto al diálogo que la pareja posee, como se puede observar en la Tabla 12, la mayoría de las personas logran hablar tranquilamente con su pareja mas a menudo que una vez

al día, siendo solo una persona afirma que nunca logra dialogar tranquilamente con su pareja sobre cualquier tema y cuatro que menos de una vez al mes.

Tabla 12

Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13

11. Dialogan tranquilamente sobre cualquier cosa			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Nunca	1	0,4
	Menos de 1 vez al mes	4	1,5
	1-2 veces al mes	15	5,7
	1-2 veces a la semana	30	11,4
	1 vez al día	71	26,9
	Más a menudo incluso	143	54,2
	Total	264	100

Para finalizar, al analizar el hecho de si las personas colaboran junto con su pareja en algún proyecto, éstas afirman que realizan algún con proyecto con su pareja más a menudo que una vez al día (ver Tabla 13).

Tabla 13

Análisis descriptivo de la Escala de Ajuste Diádico versión breve – EAD 13

12. Colaboran juntos en un proyecto			
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Nunca	26	9,8
	Menos de 1 vez al mes	29	11
	1-2 veces al mes	41	15,5
	1-2 veces a la semana	46	17,4
	1 vez al día	34	12,9
	Más a menudo incluso	88	33,3
	Total	264	100

En relación a los resultados expuestos de los tres ítems pertenecientes a la dimensión de cohesión de la pareja, se puede afirmar que los participantes del presente estudio muestran adecuados niveles de cohesión con su pareja, lo que se traduce en que le dan importancia a su pareja y se encuentran implicados en la pareja.

Con los resultados obtenidos en las tres dimensiones que componen al Ajuste Diádico, se puede aseverar que los integrantes de la muestra, presentan un adecuado Ajuste Diádico con su pareja, y por ende una adecuada satisfacción con su relación de pareja.

4.1.3 Resultados descriptivos de inteligencia emocional

Se calcularon los estadísticos descriptivos del cuestionario Rasgo – Meta escala de estado del ánimo – 24 (TMMS -24) para evaluar la variable de inteligencia emocional.

La misma se divide en tres dimensiones diferentes: la atención emocional, la claridad emocional y la reparación emocional. La atención emocional se relaciona con el grado en que los individuos piensan que prestan atención a sus sentimientos y emociones, como también a las sensaciones que estas provocan. La claridad emocional, refiere a cómo las personas piensan que perciben sus emociones, si logran comprendérselas, discriminarlas y etiquetarlas. Por último, la reparación emocional corresponde a la creencia que las personas tienen sobre su capacidad para regular sus estados anímicos negativos, como también lograr prolongar en el tiempo sus estados anímicos positivos (Salovey et al., 1995).

Como puede observarse en la Figura 1, estas dimensiones tienen diferentes puntos de corte para hombres y mujeres:

Figura 1

Puntuaciones cuestionario Rasgo – Meta escala de estado del ánimo – 24 (TMMS -24)

Dimensiones	Puntuaciones hombres	Puntuaciones mujeres
Atención	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 21	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 24
	Adecuada atención 22 a 32	Adecuada atención 25 a 35
	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 33	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 36
Claridad	Debe mejorar su comprensión < 25	Debe mejorar su comprensión < 23
	Adecuada comprensión 26 a 35	Adecuada comprensión 24 a 34
	Excelente comprensión > 36	Excelente comprensión > 35
Reparación	Debe mejorar su regulación < 23	Debe mejorar su regulación < 23
	Adecuada regulación 24 a 35	Adecuada regulación 24 a 34
	Excelente regulación > 36	Excelente regulación > 35

En la muestra para este estudio, según el género de los participantes, se puede observar que las mujeres presentan adecuados niveles en lo que hace a la dimensión de atención (M =26,72, SD = 6,34. Mínimo = 12, máximo = 40). Esto significa que son capaces de percibir los sentimientos de forma adecuada. En la misma línea, los hombres obtuvieron una media de 22,92 (SD = 6,48. Mínimo = 11, máximo = 40), Por lo tanto, son capaces de percibir adecuadamente los sentimientos.

En cuanto a la dimensión de claridad, las mujeres muestran un nivel adecuado de comprensión ($M = 25,53$, $SD = 6,92$. Mínimo = 9, máximo = 40), por lo cual comprenden de forma adecuada sus estados emocionales, pueden comprender sus emociones, definir las y etiquetarlas. En cuanto a la claridad, los hombres obtuvieron una media de 24,76 ($SD = 6,89$. Mínimo = 9, máximo = 40), lo que indicaría que deben mejorar su comprensión de los estados emocionales, para poder definir mejor sus emociones, comprenderlas y etiquetarlas.

Respecto a la dimensión de reparación, las mujeres manifiestan una adecuada regulación emocional con una media de 25,42 ($SD = 6,76$. Mínimo = 10, máximo = 40). Esto quiere decir que logran regular de manera adecuada sus estados emocionales. En la misma línea, los hombres obtuvieron una media de 26,53 ($SD = 6,33$. Mínimo = 12, máximo = 40) indicando una buena regulación de sus estados emocionales.

4.1.2 Resultados descriptivos de estilos de apego adulto

Se calcularon los estadísticos descriptivos del cuestionario Relación de Bartholomew y Horowitz, que evalúa el estilo de apego adulto.

En lo que hace al estilo de apego seguro, se obtuvo una media 4,95 ($SD = 1,65$). Este estilo es el que puntuó más alto en la presente muestra. Este estilo de apego es propio de las personas que presentan una percepción positiva sobre sí mismos y sobre los otros, lo que provoca que posean una buena predisposición para involucrarse afectivamente y para las relaciones interpersonales (Ainsworth, 1979).

Los participantes obtuvieron una media de 4,18 ($SD = 1,88$) para el estilo de apego evitativo/desvalorizador, siendo este estilo de apego el que puntuó más alto luego del apego seguro. Este estilo de apego está caracterizado por poseer una alta evitación y toman a las relaciones afectivas de forma defensiva, dándole demasiada importancia a la autorrealización y a la autoconfianza (Ainsworth, 1979).

Respecto al apego preocupado, los participantes obtuvieron una media de 3,28 ($SD = 1,80$). Este estilo se caracteriza por un constante miedo al rechazo y a la desvalorización, buscan y aceptan situaciones de intimidad con el otro, pero con un temor constante al abandono (Ainsworth, 1979). Por último, el estilo temeroso tuvo una media de 2,75 ($SD = 1,72$). Este estilo de apego fue el que obtuvo las puntuaciones más bajas. Está caracterizado por una gran desconfianza hacia los demás, evitando involucrarse de forma sentimental, poseyendo un gran miedo al rechazo (Ainsworth, 1979).

Respecto a la consulta sobre con que párrafo la persona se siente mejor identificada en su forma de relacionarse afectivamente, el 59,1% ($N = 156$) de los participantes se identificó

con la descripción de un apego seguro, el 17,8% (N = 47) con la del apego evitativo/desvalorizador, el 12,1% (N = 32) con el apego preocupado y el 11% (N = 29) con el apego temeroso.

4.2 Perfiles diferenciales según el tiempo en pareja y el sexo de los participantes

Con relación al segundo objetivo de este trabajo: Determinar si existen diferencias significativas en el estilo de apego, en el nivel de inteligencia emocional y en el nivel de satisfacción de la pareja, según el tiempo en pareja y el sexo de los adultos participantes de la muestra. Se utilizó la prueba *t* de Student, para analizar las diferencias estadísticamente significativas entre las variables trabajadas.

4.2.1 Perfiles diferenciales según el tiempo en pareja

Para analizar si existían diferencias en las medias de las distintas variables según el tiempo en pareja, se procedió a recodificar los años en pareja en una variable con dos grupos: el primero, incluía aquellas personas con parejas de 2 a 10 años de relación; y el segundo, de parejas de 11 años en adelante. Se decidió emplear el punto de corte de 10 años con respecto al tiempo en pareja siguiendo un criterio teórico, el cual se basó en el trabajo de Noriega, Félix – Castro y Rodríguez- Barreras, (2001), donde en su trabajo recodificaron los años en pareja en una variable de tres grupos: el primero incluía personas con parejas de hasta 5 años, el segundo sujetos de 5.1 a 10 años en pareja y el tercer grupo incluía participantes con más de 10 años en pareja. Para el presente trabajo se decidió hacer la recodificación en dos grupos para lograr una mayor homogeneidad de la muestra, por eso se tomó el punto de corte de 10 años que propone el estudio consultado.

4.2.1.1. Satisfacción con la pareja

No se observaron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de satisfacción con la pareja según el tiempo en pareja ($t(262) = -1,730$; $p = .85$. Grupo < 10 años: $M = 58,83$, $SD = 7,97$; Grupo > 10 años: $M = 60,58$, $SD = 7,58$).

4.2.1.2. Inteligencia emocional

Respecto a la inteligencia emocional, se presentan los análisis de comparación de medias obtenidas para cada dimensión teniendo en cuenta el tiempo en pareja (Ver Tabla 14).

Tabla 14*Perfiles diferenciales según el tiempo en pareja (prueba t)*

Dimensión IE	Tiempo en pareja	N	Media	Desviación típ.	t(gl)	Sig.(bilateral)
Atención	2 a 10 años	172	25,61	6,77		
	Más de 10 años	92	25,27	6,32	.389 (262)	.70
Claridad	2 a 10 años	172	24,73	7,01		
	Más de 10 años	92	26,25	6,63	-1.714 (262)	.088
Reparación	2 a 10 años	172	25,13	6,71		
	Más de 10 años	92	26,90	6,42	-2054 (262)	.041

Se encuentran diferencias estadísticamente significativas en la dimensión de reparación, siendo las personas que se encuentran en pareja desde hace más de diez años las que presentan mayores puntuaciones que quienes están hace menos de 10 años. Por lo tanto, este grupo de personas podrán regular más adecuadamente sus estados emocionales que las personas que se encuentran en pareja hace menos de diez años. Respecto a las dimensiones de atención y claridad no se verificaron diferencias significativas entre las parejas que se encuentran desde hace dos a diez años en pareja y los que se encuentran en pareja desde hace once años en adelante. Por lo cual no habría diferencia en la forma que las personas atienden a sus sentimientos y emociones y en el modo en que las perciben, comprenden, etiquetan y clasifican.

4.2.1.3. Estilos de apego

Respecto al estilo de apego, no se ha encontrado diferencias significativas según el tiempo en pareja.

Tabla 15*Perfiles diferenciales según el tiempo en pareja (prueba t)*

Estilo de apego	Tiempo en pareja	N	Media	Desviación típ.	t(gl)	Sig. (bilateral)
Apego Seguro	2 a 10 años	172	4,85	1,65		
	Más de 10 años	92	5,12	1,64	-1.275 (262)	.21
Apego evitativo/ desvalorizador	2 a 10 años	172	4,42	1,82		
	Más de 10 años	92	3,75	1,92	2.818 (262)	.005
Apego preocupado	2 a 10 años	172	3,30	1,84		
	Más de 10 años	92	3,25	1,75	.224 (262)	.83
Apego temeroso	2 a 10 años	172	2,78	1,75		
	Más de 10 años	92	2,68	1,67	.423(262)	.68

4.2.2 Perfiles diferenciales según el sexo de los participantes

Para la comparación de las medias de las distintas variables en función del sexo de los participantes, se decidió considerar al género femenino y al masculino, excluyendo a quien señaló otro género ya que representaba solo un participante de la muestra.

4.2.2.1 Satisfacción de la pareja

En cuanto al nivel de satisfacción de la pareja, no se observaron diferencias estadísticamente significativas según el sexo de los participantes ($t(261) = -.824$; $p = .411$. Mujeres: $M = 59,17$, $SD = 8,06$; hombres: $M = 60,03$, $SD = 7,47$).

4.3.2 Inteligencia emocional

En lo que hace a la inteligencia emocional, se verificaron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en la dimensión de atención. En este sentido, son las mujeres ($M = 26,72$, $SD = 6,34$) quienes presentan mayores niveles de atención emocional que los hombres ($M = 22,92$, $SD = 6,48$) ($t(261) = 4,514$; $p = .000$.). Así, son ellas quienes poseerían una capacidad mayor de atención, por lo cual estas logran atender mejor a sus sentimientos y emociones, como también a las sensaciones y estados fisiológicos que estas provocan.

En cuanto a las dimensiones de claridad y de reparación de la inteligencia emocional no se verifican diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres (Claridad: $t(261) = .850$; $p = .396$. Mujeres: $M = 25,53$, $SD = 6,93$; Hombres: $M = 24,76$, $SD = 6,89$) (Reparación: ($t(261) = -1,262$; $p = .208$. Mujeres: $M = 25,42$, $SD = 6,76$; hombres: $M = 26,53$, $SD = 6,33$). Es decir, el género no provoca diferencias en la forma en que las personas perciben, comprenden, discriminan y etiquetan sus emociones; ni en cómo regulan sus estados anímicos.

4.3.3 Estilos de apego

En cuanto al estilo de apego de los participantes, no se verificaron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres (Apego seguro: ($t(261) = -1,382$; $p = .168$. Mujeres: $M = 4,86$, $SD = 1,71$; Hombres: $M = 5,15$, $SD = 1,50$. Apego evitativo/desvalorizador: ($t(261) =$

1,465; $p = .144$. Mujeres: $M = 4,30$, $SD = 1,86$; Hombres: $M = 3,95$, $SD = 1,92$). Apego preocupado: ($t(261) = -.594$; $p = .553$. Mujeres: $M = 3,23$, $SD = 1,86$; Hombres: $M = 3,38$, $SD = 1,68$). Apego temeroso: ($t(261) = .356$; $p = .722$. Mujeres: $M = 2,78$, $SD = 1,74$; Hombres: $M = 2,70$, $SD = 1,72$). Es interesante señalar que tanto hombres como mujeres, muestran patrones de apego similares siendo que ambos poseen las puntuaciones más altas en el apego seguro, seguido del apego evitativo/desvalorizador, luego el estilo preocupado, y, por último, el apego temeroso.

4.4 Relación entre la inteligencia emocional y el estilo de apego con la satisfacción con la pareja

Con relación al tercer y último objetivo de este trabajo: Examinar la relación existente entre la inteligencia emocional y estilo de apego adulto con la satisfacción en la pareja, se utilizó el Coeficiente de Correlación de Pearson. El resultado mostró una correlación significativa y positiva entre las variables satisfacción de la pareja con el estilo de apego seguro ($r = .200$, $p = .001$), la dimensión claridad de la inteligencia emocional ($r = .286$, $p = .000$) y la dimensión reparación de la inteligencia emocional ($r = .257$, $p = .000$). Esto es, a mayores niveles de inteligencia emocional y estilo de apego seguro, mayor la satisfacción de la pareja. Es decir, una alta satisfacción de la pareja se relaciona a un estilo de apego seguro, a mayores niveles de claridad en la forma de percibir, comprender y etiquetar sentimientos y emociones y una mayor reparación, con la consecuente capacidad de regular los estados anímicos negativos.

Tabla 16

Análisis correlacional entre las variables

	Apego seguro	Apego evitativo/ desvalorizador	Apego preocupado	Apego Temeroso	IE Atención	IE Claridad	IE Reparación
Satisfacción de la pareja	.200**	.086	-.156*	-.184**	-.002	.286**	.257**
Correlación de Pearson							
Sig. (bilateral)	.001	.163	.011	.003	.979	.000	.000
N	264	264	264	264	264	264	264

**La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

*La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral)

5. Discusión

En relación al primer objetivo de este estudio, el cual era describir el estilo de apego adulto, el nivel de satisfacción de pareja y el nivel de inteligencia emocional y sus dimensiones, en los adultos participantes de la muestra. Los resultados muestran que en general, los participantes se muestran satisfechos con sus parejas, las áreas que más satisfacción generan son las referentes sobre la frecuencia en que se besa a la pareja, el consenso en el manejo de finanzas familiares y amistades próximas y la cohesión sobre la posibilidad de dialogar tranquilamente sobre cualquier tema con su pareja. Esto va en la misma línea que lo afirmado por García, Fuentes Zarate y Sánchez Sánchez (2016), que la satisfacción de la pareja, se encuentra relacionada con el afecto, el amor, el interés mutuo y la amistad. También coincide con lo señalado por Armenta y Díaz Loving (2008), sobre la importancia de la comunicación y los estilos de comunicación positivos, y la búsqueda de una interacción que le permita a la pareja generar armonía y felicidad, y por consiguiente una adecuada satisfacción con la pareja.

En lo que es la inteligencia emocional y sus dimensiones se observa que los participantes tanto hombres como mujeres presentan adecuados niveles de atención, y reparación. Por lo cual poseerían una gran habilidad para prestar atención a sus sentimientos, percibir sus emociones, comprenderlas, etiquetarlas y regular sus estados anímicos negativos (Salovey et al., 1995). En lo que respecta a la dimensión de claridad los hombres muestran bajas puntuaciones, por lo tanto, presentan una inadecuada percepción, comprensión y discriminación de sus estados emocionales (Salovey et al., 1995).

Respecto al estilo de apego, se observa que predomina un apego seguro, esto quiere decir que los participantes poseen una percepción positiva de sí mismos y de los otros (Ainsworth, 1979). A su vez este estilo de apego, permite que la persona se encuentre bien predispuesta a las relaciones interpersonales para involucrarse afectivamente, se sientan cómodos frente a la autonomía y la intimidad y poseen la posibilidad de percibir una mayor satisfacción de la pareja, como así también suelen presentar relaciones a más largo plazo (Hazan & Shaver, 1987).

Analizando los resultados obtenidos en relación a los objetivos y las hipótesis planteadas al inicio del presente estudio se hallaron los siguientes, con respecto al segundo objetivo (determinar si existen diferencias significativas en el estilo de apego, en el nivel de inteligencia emocional y en el nivel de satisfacción de la pareja, según el tiempo en pareja y el sexo de los adultos participantes de la muestra) y la primer hipótesis (el nivel de inteligencia emocional de las mujeres es significativamente mayor que el nivel de inteligencia emocional de los hombres), la misma se refuta parcialmente ya que si bien en las dimensiones de claridad y reparación no

hay diferencias significativas entre mujeres y hombres, si hay una diferencia significativa en la dimensión atención, donde las mujeres, puntúan más alto que los hombres. Este resultado concuerda con el estudio de Rodríguez López, Sánchez Santacruz, Ochoa Escobar, Cruz piza y Fonseca Morales (2019). También coincide con un estudio realizado en Rumania, donde se buscó establecer las características definitorias de la inteligencia emocional, donde los resultados obtenidos señalan que en cuanto a la inteligencia emocional general no existen diferencias significativas en función del género de los participantes, pero si a nivel de sus dimensiones, donde las mujeres presentan una diferencia significativa en la forma de etiquetar las emociones, reconocerlas, percibir los cambios fisiológicos asociados a estas y a su vez reconocer las emociones de los otros (Anghel, 2016). A su vez, tiene concordancia con el estudio realizado por Cabello et al. (2016), que llegaron a la conclusión de que las mujeres tienen una mejor percepción de las emociones y comprensión de las mismas. Sin embargo, en este estudio, las mujeres han obtenido mejores puntuaciones que los hombres en todas las dimensiones de la inteligencia emocional y no solo en la dimensión de atención.

En relación a la segunda hipótesis propuesta (las mujeres poseen en mayor medida un estilo de apego inseguro, en comparación con el estilo de apego de los hombres), es refutada ya que, si bien se presenta una diferencia entre hombres y mujeres en la presencia de un estilo de apego seguro, siendo los hombres quienes puntúan más alto en este tipo de apego, esta diferencia no llega a ser significativa. Esto se contrapone a los resultados obtenidos en el estudio realizado en México por Pérez-Aranda et al. (2019), quienes hallaron diferencias significativas en relación al apego y el género, siendo las mujeres quienes presentan una prevalencia en el estilo de apego ansioso y los hombres en el apego seguro.

En lo que respecta a la tercera hipótesis planteada en la presente investigación (las mujeres presentan un menor nivel de satisfacción de la pareja que los hombres), que se desprende del segundo objetivo planteado, la misma se refuta, ya que, si bien se encuentra una diferencia en el nivel de satisfacción de la pareja, siendo los hombres quienes puntúan más alto en satisfacción, que las mujeres, esta no llega a ser significativa. En oposición se encuentra un estudio realizado en España, en el cual se han encontrado diferencias significativas en el nivel de satisfacción de la pareja, en función del género, siendo los hombres quienes presentaron mayores índices de satisfacción general de la pareja, principalmente en aspectos como sentirse atendidos o escuchados por la pareja. Aspectos en los que las mujeres suelen sentirse más insatisfechas (Urbano – Contreras et al., 2019).

La cuarta hipótesis (existen mayores niveles de inteligencia emocional en las personas que se encuentran hace más tiempo en pareja) ha sido refutada parcialmente, ya que no se han

hallado diferencias significativas entre las personas que se encuentran hace menos de 10 años en pareja y los que se encuentran hace más de 10 años en pareja en las dimensiones atención y claridad de la inteligencia emocional, pero si se hallaron diferencias significativas en lo referente a la dimensión de reparación, donde quienes se encuentran en pareja desde hace más de diez años presentan mayores puntuaciones que quienes están hace menos de diez años. Esto se contrapone con el estudio de Alarcón, Balsalobre y Fernández Cano (2017), quienes, en los resultados de su estudio, hallaron que las parejas que poseen más años de convivencia presentan una menor puntuación de inteligencia emocional.

En referencia a la quinta hipótesis de este estudio (hay una mayor satisfacción en la pareja en las personas que se encuentran hace menos tiempo en pareja) la misma ha sido refutada, ya que en la muestra obtenida en el presente trabajo no se han encontrado diferencias significativas en el nivel de satisfacción de la pareja entre los participantes que están en pareja hace menos de 10 años y más de 10 años. Estos resultados se contraponen con los resultados de la bibliografía consultada, donde se halló que las parejas con más años de convivencia, presentan una menor puntuación en la satisfacción de la pareja (Alarcón et al., 2017).

En relación a la última hipótesis correspondiente al segundo objetivo (las personas que presentan mayor apego inseguro, se encuentran hace menos tiempo en pareja), es refutada ya que no se presentan diferencias significativas según el tiempo en pareja, sea mayor o menor a diez años en pareja y el estilo de apego adulto. Esto se diferencia con lo hallado en el estudio realizado en la Ciudad de San Francisco de Campeche, México, donde se halló que durante el noviazgo las personas poseen una prevalencia de un estilo de apego seguro y en el matrimonio hay tendencia a los estilos de apego inseguros (Pérez – Aranda et al., 2019).

Por último, con respecto al análisis del tercer objetivo del presente estudio (examinar la relación existente entre la inteligencia emocional y estilo de apego adulto con la satisfacción en la pareja) y su correspondiente hipótesis (existe una relación positiva entre la inteligencia emocional y los estilos de apego seguro con el nivel de satisfacción de la pareja), la misma se puede confirmar, ya que se observaron asociaciones significativas elevadas entre las tres variables, donde la satisfacción de la pareja correlacionaba fuertemente con el estilo de apego seguro y con las dimensiones de la inteligencia emocional de claridad y reparación. Este resultado apoya las evidencias científicas descubiertas en otras investigaciones sobre la ocurrencia de una correlación positiva y significativa entre la inteligencia emocional, el estilo de apego adulto y la satisfacción de la pareja. En un estudio realizado en Irán, los resultados del análisis de regresión muestran que, al aumentar la cantidad de inteligencia emocional y el estilo de apego seguro, se logrará una mayor satisfacción de la pareja (Mohamadimehr &

Karimi Baghmalek, 2017). A su vez, en el estudio realizado en la ciudad de Mashhad, Irán, se llega a un resultado similar, en el que el estilo de apego seguro correlaciona positivamente y de forma significativa con la satisfacción de la pareja, como así también la inteligencia emocional y sus dimensiones puede predecir de forma significativa la satisfacción de la pareja (Kamel Abbasi et al., 2016). En la misma línea, se encuentra el estudio realizado en Israel, en el cual se comprobó que la inteligencia emocional muestra una asociación positiva con la satisfacción de la pareja, mientras que correlaciona negativamente con los estilos de apego inseguros y correlaciona positivamente con el apego seguro. Los resultados de este estudio sugieren que la asociación entre la inteligencia emocional y la satisfacción de la pareja surge solo después de que se toma en consideración los estilos de apego (Zysberg et al., 2019). Por último, se puede relacionar con la revisión bibliográfica realizada por Alonso-Arbiol, Bretaña, Mateos-Pérez, Torres-Gómez, Aitzi-Ber, Conejero y Gallarin (2020), quienes revisaron diferentes investigaciones que asocian el estilo de apego y la inteligencia emocional, analizaron 25 estudios, de los cuales en 24 hallaron la confirmación de la asociación existente entre el apego y la inteligencia emocional, correlacionando positivamente la inteligencia emocional con el apego seguro y negativamente con los apegos de tipo inseguros.

Se podría pensar, dadas las características de la muestra del presente estudio, que varias de las hipótesis planteadas no se corroboran porque las respuestas de los participantes se pueden encontrar sesgadas por un sesgo de conveniencia social, donde las personas contestan dependiendo de lo que es deseable socialmente. Esto puede llevar a que sobretodo en los ítems donde se evalúa el nivel de satisfacción de la pareja, las persona puedan haber distorsionado su decisión y responder en función de una necesidad de aprobación social. A su vez este fenómeno puede haber ocurrido debido a la diferencia entre los participantes en relación a si convivían o no con sus parejas, situación que puede generar diferencias, dependiendo de la percepción que se tiene sobre la satisfacción de la pareja.

5.1.1 Limitaciones y líneas futuras de investigación

Respecto a las limitaciones del presente estudio, se podrían señalar algunas cuestiones respecto a la muestra. En este sentido, en primer lugar, se debió ampliar la muestra a residentes de Gran Buenos Aires (no solo Ciudad de Buenos Aires como se había pensado en un primer momento) para poder tener un mayor acceso a los participantes y aumentar el número total de los casos. Cabe aclarar que esta decisión no repercutía en cambios sustanciales al trabajo, ya que no hay estudios que evidencien que existen diferencias significativas entre Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires, sino que se comportan de manera similar

(dato que se corroboró con análisis estadísticos pertinentes en el presente trabajo). En segundo lugar, al tratarse de una muestra no probabilística e intencional, y compuesta por un total de 264 individuos, lo que se puede considerar un grupo reducido, los resultados no se podrían generalizar al total de residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Gran Buenos Aires. Por último, los géneros de los participantes no están representados de forma equitativa, ya que el porcentaje de mujeres es bastante más elevado al de los hombres, y hubo una sola persona que se posicionó en otro género.

A su vez otra limitación de este estudio, es que, al tratarse de un diseño transversal, no es posible observar la evolución de la satisfacción de la pareja en los participantes a través del tiempo.

También, una gran dificultad que se halló fue la escasa cantidad de artículos referidos a las tres variables del presente estudio. Se hallaron solo artículos provenientes de población árabe que vincularan las tres variables de estudio, sin posibilidad de encontrar artículos de habla hispana y/o población occidental y latinoamericana que evaluaran las variables en cuestión. Esto dificultó la comparación de los datos del presente estudio, con estudios realizados previamente.

Por último, el hecho de que cada participante haya autoadministrado la batería de cuestionarios, sin una guía de un profesional capacitado que pudiera evacuar dudas sobre los diferentes ítems podría incidir en los resultados obtenidos. A su vez se detectó ciertas dificultades en comprender algunos ítems, los cuales fueron señalados por algunos de los participantes, esto junto con la propia subjetividad de los participantes para la comprensión de los enunciados de cada pregunta y la sinceridad con la que estos hayan respondido, pueden ser condiciones que podrían haber incidido en los resultados finales del estudio.

En un futuro estudio la ampliación del tamaño de la muestra y su homogenización en cuanto al género de los participantes, favorecería una mayor generalización y confiabilidad de los resultados obtenidos.

5.2 Conclusiones

El presente estudio se realizó con el objetivo general de estudiar y analizar la relación existente entre la inteligencia emocional y el estilo de apego adulto con la satisfacción en la pareja en adultos de entre 25 y 65 años, residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires.

Al finalizar el presente estudio se logró analizar y obtener conclusiones en relación a los objetivos propuestos, poner a prueba las hipótesis que han sido planteadas al inicio del

estudio y comparar los resultados obtenidos con investigaciones que analizaban las variables del mismo.

De las hipótesis planteadas solo una se pudo confirmar en su totalidad y dos se han comprobado de forma parcial. Se refutaron casi todas las hipótesis planteadas en relación a las comparaciones entre grupos, ya que las comparaciones de diferencias significativas en el estilo de apego, en el nivel de inteligencia emocional y en el nivel de satisfacción de la pareja, según el tiempo en pareja y el sexo de los adultos participantes del presente estudio, no han arrojado diferencias significativas en las mismas. Solo se confirmó parcialmente la hipótesis que compara el nivel de inteligencia emocional de las mujeres con el de los hombres, la cual arrojó una diferencia significativa en la dimensión atención de la inteligencia emocional, siendo las mujeres las que poseen valores más elevados. A su vez, se hallaron diferencias significativas en función del tiempo en pareja en lo referente a la dimensión de reparación de la inteligencia emocional, donde quienes se encuentran en pareja desde hace más de diez años presentan mayores puntuaciones que quienes están hace menos de diez años.

En cuanto a la hipótesis de correlación, la misma se corroboró en su totalidad, ya que los resultados arrojaron una correlación significativa y positiva entre las variables satisfacción de la pareja con el estilo de apego seguro, la dimensión claridad de la inteligencia emocional y la dimensión reparación de la inteligencia emocional.

Se puede hipotetizar que el motivo por el cual la población analizada en este estudio no presentó relación entre las variables y los grupos estaría ligada a las limitaciones de la muestra en cuanto a cantidad y homogenización de la misma. Como así también que los participantes se hayan encontrado sesgados, por un sesgo de conveniencia social, donde respondieron en función de lo que es deseable socialmente.

Por lo antes expuesto se ha logrado contestar la pregunta de investigación planteada en la presente investigación, demostrando la relevancia del presente estudio, siendo el primero en habla hispana y población occidental y latinoamericana en analizar la relación existente entre las tres variables estudiadas.

Se espera que los resultados hallados se puedan utilizar como un marco de referencia para otros estudios, que logren superar las limitaciones metodológicas que se han acontecido.

A su vez, se puede pensar en la incorporación de los estilos de apego en el diseño de los tratamientos en el marco de la terapia de pareja, para lograr comprender las necesidades afectivas de los miembros de la misma y la forma de relacionarse de los mismos, ya que los estilos de apego pueden flexibilizarse y ayudar a la comprensión de las problemáticas de las parejas y la consecuente satisfacción o insatisfacción de las mismas. También, se podría pensar

en la incorporación de la inteligencia emocional en los tratamientos de pareja, ya que como se ha relevado anteriormente, la misma es una capacidad y habilidad que se puede trabajar y entrenar para tener una mejor atención, claridad y reparación emocional, con la consecuente mejora en la capacidad de comprender y percibir las emociones de sus parejas y ser compasivos y empáticos con los otros. Esto contribuirá a la mejora en las relaciones interpersonales y por consecuencia en la satisfacción de la pareja.

6. Referencias bibliográficas

- Ainsworth, M. S. (1979). Infant–mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932–937. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.34.10.932>
- Alarcón, M., Balsalobre, L., & Fernández Cano, G. (2017). *Relación entre la inteligencia emocional y satisfacción en pareja en adultos* [Presentación en papel]. Congreso virtual internacional de psicología.
- Alonso-Arbiol, I., Bretaña, I., Mateos-Pérez, E., Páez, D., Torres-Gómez, B., Aitzi-Ber, P., Conejero, S., & Gallarin, M. (2020). Inteligencia emocional y apego en población adulta: Una revisión sistemática. *Know and Share Psychology*, 1(4),77-90.
- Armenta Hurtarte, C., & Díaz-Loving, R. (2008). Comunicación y Satisfacción: Analizando la Interacción de Pareja. *Psicología Iberoamericana*, 16(1), 23-27.
- Alzugaray, C. y García, F. (2015). Relaciones de pareja y bienestar psicológico. En J. C. Oyanedel, M. Bilbao & D. Páez (Eds.), *La felicidad de los chilenos. Estudios sobre bienestar* (pp. 237-251). Santiago de Chile: Ril.
- Anghel, T. (2016). Emotional Intelligence and Marital Satisfaction. *Journal of Experiential Psychotherapy*, 19(3), 570-574.
- Arias-Galicia, L. (2003). La Escala de Satisfacción Marital: análisis de su confiabilidad y validez en una muestra de supervisores mexicanos. *Revista Interamericana de Psicología*, 37(1), 67-92.

- Arrington, R., Cofrancesco, J., & Wu, A. (2004). Questionnaires to measure sexual quality of life. *Quality of Life Research*, 13(10), 1643–1658. <https://doi.org/10.1007/s11136-004-7625-z>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment Styles Among Young Adults. A Test of a Four – Category Model. *Journal of personality and Social Psychology*, 61(2), 226- 244.
- Billings, C., Downey, L., Lomas, J., Lloyd, J., & Stough, C. (2014). Emotional Intelligence and Scholastic achievement in pre-adolescent children. *Personality and individual differences*, 65, 14-18. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.017>
- Bornstein, P. H. y Bornstein, M. T. (1988). *Terapia de pareja. Enfoque conductual-sistémico*. Madrid: Pirámide.
- Bowlby, J. (1989). *Una base segura. Aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Barcelona: Paidós.
- Cabello, R., Sorrel, M. A., Fernández-Pinto, I., Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2016). Age and gender differences in ability emotional intelligence in adults: A cross-sectional study. *Developmental psychology*, 52(9), 1486–1492. <https://doi.org/10.1037/dev0000191>
- Casullo, M. & Fernández Liporace, M. (2005). Evaluación de los estilos de apego en adultos. *Anuario de investigaciones*, 12, 183-192.
- Código Civil y Comercial de la Nación. (2014). Buenos Aires: Honorable Congreso de la Nación Argentina.
- Doinita, N. (2014). Adult Attachment, Self-esteem and Emotional Intelligence. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 187(2015), 570-574. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.03.106>
- Extremera Pacheco, N., Fernández Berrocal, P., Mestre Navas, J. & Guil Bozal, R. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(2), 209-228.

- Extremera Pacheco, N., & Fernández Berrocal, P. (2016). *Inteligencia emocional y educación*. Valencia: Grupo 5.
- Fernández Berrocal, P. & Extremera Pacheco, N. (2008). A review of trait meta-mood research. *International Journal of Psychology Research*, 2 (1/2), 39-67.
- Fernández Berrocal, P. & Extremera Pacheco, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. & Ramos, N. (2004). Validity and Reliability of the Spanish Modified Version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94(3), 751–755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>
- Flores, M., Díaz, R. & Rivera, S. (2004). Validación psicométrica del inventario de negociación del conflicto en parejas de una subcultura tradicional. *Revista RIDEP*, 77(1), 39-55.
- Fromm, E. (1959). *El arte de amar*. Barcelona: Paidós.
- García, F., Fuentes Zarate, R., & Sánchez Sánchez, A. (2016). Amor, satisfacción en la pareja y resolución de conflictos en adultos jóvenes. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 14(2), 284-302.
- Garrido – Rojas, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 2006, 493-507.
- Garrido Garduño, A., Reyes Luna, A., Torrez Velázquez, L. & Ortega Silva, P. (2008). Importancia de las expectativas de pareja en la dinámica familiar. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13(2), 231-238.
- Guil, R. & Mestre, J. M. (2004). Inteligencia emocional. En R. Guil (Ed.), *Psicología Social para Psicopedagogos* (pp.165-212). Sevilla: Fénix Editora.
- Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires (agosto 2019). *Los divorcios en la Ciudad de Buenos Aires*.
https://www.estadisticaciudad.gob.ar/eyc/wp-content/uploads/2019/08/ir_2019_1383.pdf

- Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires (s.f). *Relación divorcios vinculares y matrimonios. Ciudad de Buenos Aires. Años 1987/2019.*
<https://www.estadisticaciudad.gob.ar/eyc/?p=61563>
- Gottman, J. M. & Levenson, R. W. (1999). Rebound from marital conflict and divorce prediction. *Family Process*, 38, 287-292.
- Guzmán, M., Carrasco, N., Trabucco, C. & Vilco, D. (2016). Estilos de apego y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Psiqué*, 25(1), 1-13.
<https://doi.org/10.7764/psykhe.25.1.706>
- Guzmán, M. & Contreras, P. (2012). Estilos de Apego en relaciones de pareja y su Asociación con la satisfacción Marital. *Psykhe*, 21(1), 69-82.
<https://doi.org/10.4067/S0718-22282012000100005>
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1
- Irueste, P., Guatrochi, M., Pacheco, S. & Delfederico, F. (2020). Nuevas configuraciones familiares: tipos de familias, funciones y estructura familiar. *Redes* 41, 11-18.
- Kamel Abbasi, A. R., Tabatabaei, S. M., Aghamohammadiyan Sharbaf, H., & Karshki, H. (2016). Relationship of Attachment Styles and Emotional Intelligence with Marital Satisfaction. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 10(3), e2778.
<https://doi.org/10.17795/ijpbs-2778>
- Kurdek, L. A. (1994). Conflict Resolution Styles in Gay, Lesbian, Heterosexual Nonparent and Heterosexual parental couples. *Journal of Marriage and Family*, 56(3), 705-722.
- Lavalekar, A. (2010). Emotional Intelligence and Marital Satisfaction. *Journal of Psychosocial Research*, 5(2), 185-194.

- Martínez, C., & Santelices, M. (2005). Evaluación del Apego en el Adulto: Una Revisión. *Psyche*, 14(1), 181-191. <https://doi.org/10.4067/S0718-22282005000100014>
- Mayer, J., Caruso D. & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290-300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Mayer, J., Salovey, P. & Caruso, D. (2004). Emotional Intelligence: Theory, Findings and Implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197-215.
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (2007). ¿Qué es Inteligencia Emocional? En Mestre, J. M. & Fernández- Berrocal, P (Coords.), *Manual de Inteligencia Emocional*. Pirámide.
- Mestre, J. M., Palmero, F. y Guil, R. (2004). Inteligencia Emocional una explicación desde los procesos psicológicos básicos. En J. M. Mestre & F. Palmero (Eds.), *Procesos Psicológicos Básicos: una guía académica para los estudios en Psicopedagogía, Pedagogía y Psicología* (pp. 249-280). Madrid: McGraw-Hill.
- Mestre, J., Guil, R., Brackett, M., & Salovey, P., (2008). *Motivación y Emoción*. Madrid: McGraw-Hill.
- Mohamadimehr, Z, Karimi Baghmalek, A (2017). The relationship between emotional intelligence, attachment styles and optimism with mental health and couple's satisfaction. *Interdisciplinary journal of education*, 1(1), 50-58.
- Noriega, J., Félix-Castro, J., & Rodríguez – Barreras, A., (2001). Satisfacción marital, edad, números de hijos y años en pareja. *Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*, 1(2), 233-250.
- Pérez-Aranda, G., Peralta-López, V., Estrada-Carmona, S., García-Reyes, L., & Tuz-Sierra, M., (2019). Estilos de apego en la relación de pareja de hombres y mujeres en la adultez temprana y adultez media. *Revista Calidad de vida y salud*, 12(2), 2-15.
- Rodríguez López, J., Sánchez Santacruz, R., Ochoa Escobar, L., Cruz Piza, I., & Fonseca Morales, R., (2019). Niveles de inteligencia emocional según género de estudiantes en la educación superior. *Revista Espacios*, 40(31), 26- 36.

- Salovey, P. & Mayer, J.D., (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3),185-211. <https://doi.org/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health*, pp. 125- 154. Washington DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10182-006>
- Santos-Iglesias, P., Vallejo – Medina, P., & Sierra, S. (2009). Propiedades psicométricas de una versión breve de la Escala de Ajuste Diádico en muestras españolas. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9(3), 501- 517.
- Spainer, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15-38.
- Sternberg, R. (1989). *El triángulo del amor*. Barcelona: Paidós
- Urbano-Contreras, A., Iglesias-García, M. & Martínez- González, R. (2019). Satisfacción general y sexual con la relación de pareja en función del género. *Revista española de investigaciones sociológicas*, (165), 143-158. <https://doi.org/10.5477/cis/reis.165.143>
- Urbano-Contreras, A., Martínez-González, R.-A., & Iglesias-García, M.-T. (2017). Parenthood as a Determining Factor of Satisfaction in Couple Relationships. *Journal of Child and Family Studies*, 27(5), 1492–1501. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0990-3>
- Yárnoz, S., Alonso- Arbiol, I., Plazaola, M., & Sainz de Murieta, L. (2001). Apego en adultos y percepción de los otros. *Anales de psicología*, 17(2), 159-170.
- Yárnoz-Yaben, S. & Comino, P. (2011). Evaluación del apego adulto: Análisis de la convergencia entre diferentes instrumentos. *Acción psicológica*, 8(2), 67-85.
- Zysberg, L., Kelmer, G. & Mattar, L., (2019). Emotional Intelligence, Attachment and satisfaction with Romantic Relationships among young adult: A brief report. *Psychology*, 10(5), 694- 700. <https://doi.org/10.4236/psych.2019.105044>

7. Anexos

7.1 Modelo de consentimiento informado:

El siguiente cuestionario tiene por objetivo recabar datos para la realización de un trabajo integrador final (TIF) de la carrera de psicología.

El mismo es de carácter anónimo, por lo cual se ruega sinceridad. La información recolectada será confidencial y no se utilizará para otro propósito que el de este trabajo. El cuestionario requiere aproximadamente 10 minutos para su realización máximo.

Es requisito excluyente para completar la encuesta que usted tenga entre 25 y 65 años, sea residente de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y este actualmente en pareja hace no menos de 2 años.

7.1.1 Cuestionario Sociodemográfico:

Género:

- 1.Femenino
- 2.Masculino
- 3.Otro

Edad:

...

Estado Civil

- 1.Soltero/a
2. Casado/a
3. Separado/a
4. Divorciado/a
5. Viudo

¿Se encuentra actualmente en pareja?

1. Si
2. No

¿Convive con su pareja?

1. Si
2. No

Orientación sexual:

1. Heterosexual
2. Homosexual
- 3.Bisexual
- 4.Pansexual

Cantidad de años en pareja:

...

¿Tiene hijos?

1.Si

2.No

En caso afirmativo, ¿Cuántos hijos tiene?

1. No tengo hijos

2. 1

3. 2

4. 3

5. 4

6. 5

7. 6

8. 7

9. 8

10. 9

11. 10

12. Más de 10

¿Son de la pareja actual?

1. Si

2. No

3. No tengo hijos

Lugar de residencia:

1.Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA)

2.Gran Buenos Aires (GBA)

3. Otro

7.1.2 Cuestionario de Relación de Bartholomew y Horowitz (1991):

Seguidamente aparecen varios párrafos referidos a nuestra forma de relacionarnos con los demás. Por favor, indique para cada frase el número que refleje mejor su grado de acuerdo con la idea que se expresa en cada párrafo según la siguiente escala:

Total desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Ni desacuerdo ni acuerdo	Un poco de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5	6	7

1. Me resulta fácil acercarme emocionalmente a los demás. Me siento cómodo tanto en las situaciones en que tengo que confiar en los demás como en aquellas en que otros han depositado su confianza en mí. El hecho de estar sólo/a o de que los demás no me acepten no me trastorna.

Grado de acuerdo:

2. Me siento bien cuando no tengo una relación afectiva. Es muy importante para mí sentirme independiente y autosuficiente, y prefiero no depender de otros o que otros dependan de mí.

Grado de acuerdo:

3. Quiero establecer un mayor grado de intimidad afectiva con los demás, pero a menudo encuentro que los demás marcan más distancias de lo que a mí me gustaría. Me siento perdido/a cuando no estoy en una relación afectiva, pero a veces me altera que los demás no me valoren tanto como yo les valoro a ellos.

Grado de acuerdo:

4. Me siento mal cuando me acerco emocionalmente a los otros. Quiero mantener relaciones afectivas, pero encuentro difícil confiar totalmente, o depender de los demás. Me preocupa que pueda sufrir si no guardo las distancias con los demás.

Grado de acuerdo:

Ahora, por favor, rodee con un círculo el párrafo que mejor se adecue a su forma de relacionarse afectivamente de entre los cuatro

7.1.3 Rasgo - Meta escala de estado del ánimo – 24 (TMMS-24) de Fernández – Berrocal, Extremera y Ramos (2004):

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos.

Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una “X” la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5

12	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

7.1.4 Escala de Ajuste Diádico versión breve - EAD 13 de Santos-Iglesias, Vallejo – Medina & Sierra, S (2009):

Instrucciones. La mayoría de las personas muestra algún tipo de desacuerdo en sus relaciones. Indique, por favor, el grado aproximado de acuerdo o desacuerdo entre usted y su pareja en cada uno de los elementos que figuran a continuación.

	Siempre en desacuerdo	Casi siempre en desacuerdo	A menudo en desacuerdo	A veces en desacuerdo	Casi siempre de acuerdo	Siempre de acuerdo
1. Manejo de finanzas familiares						
2. Demostraciones de cariño						
3. Amistades						
4. Relaciones con los familiares próximos						
5. Tareas domésticas						
	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Casi siempre	Siempre
6. ¿Con qué frecuencia han pensado en el divorcio o separación?						
7. ¿Lamenta haberse casado (o decidido vivir juntos)?						
8. ¿Con qué frecuencia discuten usted y su pareja?						
	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi todos los días	Todos los días	
9. ¿Besa a su pareja?						
	En ninguna	En casi ninguna	En algunas	En la mayoría	En casi todas	
10. ¿Participan juntos en actividades fuera de la pareja?						
	Nunca	Menos de 1 vez al mes	1-2 veces al mes	1-2 veces a la semana	1 vez al día	Más a menudo incluso
11. ¿Dialogan tranquilamente sobre cualquier cosa?						
12. ¿Colaboran juntos en un proyecto?						
13. De las frases que siguen, ¿cuál refleja mejor su forma de ver el futuro de su relación?						
0	Nuestra relación nunca podrá tener éxito y no hay nada más que yo pueda hacer para preservarla					
1	Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito, pero me niego a hacer más de lo que ya hago					
2	Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito, pero no puedo hacer mucho más de lo que ya hago para que así sea					
3	Deseo mucho que nuestra relación tenga éxito y pondré de mi parte lo necesario para que así sea					
4	Deseo muchísimo que nuestra relación tenga éxito y haré todo lo que pueda para que así sea					
5	Deseo a toda costa que nuestra relación tenga éxito y haría lo imposible porque fuera así					